



MITOS Y REALIDADES EN TORNO AL TDAH

Por la Dra. María Eugenia Russi,
Neuropediatra del HU Sant Joan
de Déu (Barcelona)

“El TDAH no existe. Es una moda y un invento de la industria farmacéutica”

Lejos de ser “algo nuevo” o simplemente “que está de moda”, el TDAH fue descrito por primera vez en la literatura científica hace más de 100 años por el pediatra inglés George Still. Desde entonces mucho se ha avanzado en el conocimiento de esta patología, existiendo al momento actual infinidad de evidencias científicas de que **el TDAH es un trastorno real, de base neurobiológica**. Concretamente, en el TDAH existe una disfunción química que provoca una alteración en el funcionamiento de la región frontal del cerebro y de los circuitos con él relacionado.

“Mi hijo es un vago que no se esfuerza, porque cuando quiere lo hace bien”

Un síntoma sorprendente en los niños con TDAH es que su trabajo y rendimiento escolar pueden ser muy variables de un día a otro. Es decir, unos días acaban con facilidad y sin ayuda su tarea escolar, mientras que otros su trabajo es pobre y necesitan mucha supervisión para acabarlo. Esto nos hace catalogarlos de “vagos”. **El problema no es que no puedan hacer el trabajo, sino que les cuesta mantener el patrón de trabajo y de productividad de una manera consistente de la misma forma que otros niños son capaces de hacerlo**. Es por ello un “trastorno de la variabilidad”. Tener días buenos y malos de forma más marcada que los otros niños forma parte de la misma naturaleza del TDAH. Se encomienda a padres y maestros conocer esta característica para no caer en un falso juicio.

“La culpa es de los padres, de la falta de límites. El TDAH es fruto del estilo de vida moderno y de unos métodos de enseñanza inadecuados”

El TDAH no es cuestión de “falta de disciplina o de mano dura”. **Es un problema médico, igual que la diabetes o la hipertensión arterial**. Todo niño con TDAH tiene un trastorno de origen neurobiológico, que aunque puede estar influido positiva o negativamente por el medio que le rodea, no está generado por este. Los problemas emocionales, el stress o las pautas educativas incorrectas no causan el TDAH.

Lo que causa el TDAH es una disfunción neuroquímica en áreas concretas del cerebro, existiendo un importante **componente genético y factores ambientales que aumentan el riesgo de padecerlo** (ingesta de alcohol, drogas y tabaco en el embarazo, prematuridad y bajo peso al nacer, etc.). **Por lo tanto, el TDAH no es diferente de otras enfermedades, no es culpa de nadie, puede ser tratado y se puede seguir adelante**.

“No aprende de los errores, tropieza con la misma piedra una y otra vez”

En el TDAH existen dificultades para inhibir una conducta y pensar antes de actuar. Por ello, es lógico que a los niños con TDAH les cueste mucho aprender de sus experiencias y errores pasados para no repetirlos en el futuro. **El TDAH no es un problema de saber qué hacer, si no de hacer aquello que sabes que tienes que hacer. Es un trastorno del autocontrol, de la fuerza de voluntad, de la organización y la dirección de la conducta guiada hacia el futuro**.

“No tiene TDAH porque se puede concentrar en los juegos de ordenador, las videoconsolas o viendo una película”

En las personas que padecen TDAH el problema no es que exista una falta absoluta de concentración, sino que hay una mayor dificultad en mantener la atención en tareas tediosas o aburridas, especialmente si estas son largas. **La motivación fuerte y la gratificación inmediata les estimula**, dado que no pueden crear una motivación “interna” o “intrínseca” tan bien como los demás.

“Las terapias alternativas en el tratamiento del TDAH son seguras y no dañan porque son naturales”

En los últimos años hemos sido bombardeados por multitud de “modas pasajeras” presentadas como panceas en el tratamiento del TDAH. Son ejemplo de ellos el tratamiento dietético, de herboristería, el agua magnetizada, las vitaminas, las bebidas sanas, los minerales, la musicoterapia, el uso de extractos vegetales y animales, o el biofeedback.

No obstante, es importante que los padres sepan que no todo lo que aparece en internet o en los medios de comunicación es cierto. Los productos naturales suelen introducirse en el mercado sin someterse a un estricto análisis de sus efectos secundarios ni a controles de calidad, como el que se le exige a cualquier fármaco antes de poder ser comercializado. **El hecho de que un producto sea natural no necesariamente implica que sea seguro.** Aquellas personas que afirman que estos métodos alternativos son más seguros e inofensivos que el tratamiento farmacológico en el TDAH **están sometiendo al niño a un desgaste socioemocional y a una pérdida de plasticidad neuronal, que es posible que nunca se recupere.**



“Es un problema de inmadurez que se resolverá con el tiempo”

El TDAH es un trastorno de origen biológico que no desaparece espontáneamente o cuando “el niño madure”. **Dejando “pasar el tiempo” lo único que se consigue es poner en grave peligro el desarrollo emocional, social y académico de quien lo padece.**

La razón por la que los niños con TDAH parecen más inmaduros es porque están más controlados por los acontecimientos del momento y las consecuencias inmediatas que los otros niños de su misma edad. Además, tienen menos desarrollada su capacidad para seguir reglas, “hablarse a sí mismos” y regular la conducta según las normas. Les cuesta crear y encontrar una “motivación interna” lo suficientemente fuerte como para mantenerse en el objetivo cuando el incentivo no es inmediato (una buena nota al final del trimestre, un premio a largo plazo, etc.), por lo cual suelen abandonar con mayor facilidad que otros niños el trabajo o la tarea que tenían entre manos.

El TDAH es un trastorno que se debe tomar muy en serio, que no desaparece por sí sólo y para el que existen tratamientos muy eficaces.

“Actualmente existe polémica en torno al TDAH y a su tratamiento”

Hoy en día, en los medios científicos acreditados y serios no existe ninguna duda ni polémica en relación a la existencia del TDAH como un trastorno real y de base neurobiológica; ni a la eficacia y seguridad de los tratamientos farmacológicos disponibles en la actualidad. La controversia generada queda mitigada por las evidencias concluyentes procedentes de investigaciones y estudios controlados así como por las más de 200 publicaciones científicas.

