



---

**Universidad de Valladolid**

**Escuela Universitaria de Magisterio  
“Nuestra Señora de la Fuencisla”  
Grado en Educación Primaria**

**Las Dificultades Atencionales y su  
Respuesta Educativa en el Aula**

**Alumno(a): Enrique Garrido Gistau**

**Tutor(a): Miguel Ángel Cerezo Manrique**



# ASPECTOS PRELIMINARES

## RESUMEN

Las dificultades atencionales y, dentro de ellas, el Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad, está muy presente hoy en día dentro de la problemática en las aulas. El mecanismo atencional es imprescindible, ya que la mayor parte de las tareas y actividades que realizamos en nuestra vida, requieren de una atención, para poder captar informaciones del medio. Si este mecanismo falla, aparecerán dificultades importantes en el aprendizaje.

Cuando aparece un Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad, será necesario hacer un diagnóstico, en el que se verán implicados varios agentes, entre los que está el maestro. Cuando se haya identificado y diagnosticado el problema, será necesaria la puesta en marcha de unas respuestas para ayudar a esos alumnos. Dentro de estas respuestas, encontramos tratamientos farmacológicos, psicológicos, etc. En estas medidas poco tiene que ver el maestro, pero sí que será el responsable directo de adaptar las condiciones del día a día del alumno en el aula, para que pueda desarrollar al máximo sus capacidades teniendo en cuenta el trastorno que padece. Tendrá que adaptar el ambiente físico del aula, evitando todas las posibles distracciones al alumno, establecer unas estrategias para ayudarle en su aprendizaje; cuidar de que no sufra por su problema a nivel emocional y afectivo, ya que estos niños pueden tener problemas de autoestima; y sobre todo en los casos en que se cuente con el ingrediente de la Hiperactividad e Impulsividad, habrá que establecer unas normas de convivencia y de control de su comportamiento.

En definitiva, corresponde al maestro dar una respuesta práctica en el aula a los problemas derivados de padecer estas Dificultades Atencionales.

## ABSTRACT

Attention difficulties and, within them, the Attention Deficit Disorder with or without hyperactivity, are nowadays very present among the problems in the classroom. The attention mechanism is essential since the majority of the task and activities that we make require some kind of attention in order to understand environmental information. If this mechanism fails, important difficulties in learning will appear.

When an Attention Deficit Disorder with or without hyperactivity appears, it will be necessary to make a diagnosis, which will involve several agents, among which will be the teacher. When the problem is identified and diagnosed, it will be required the implementation of some answers in order to help those students. Within these responses we find pharmacological, psychological... treatments.

In these measures the teacher has little to do, but he/ she will be directly responsible to adjust the conditions of everyday life of the student in the classroom, so he or she can develop his or her full potential taking into account the disorder he or she suffers.

The teacher will need to adapt the physical environment of the classroom, avoiding all the possible distractions to the student; he or she also need to establish strategies to help in the student's learning; also, to ensure that the student does not suffer because of his or her problem from an emotional and affective level, since these children may have self-esteem problems, and especially in the cases in which these children suffer from hyperactivity and impulsivity too. Some rules about coexistence and behavior's control should be established.

In conclusion, it is up to the teacher to give a practical response in the classroom to the derivative problems from these attention difficulties.

## **PALABRAS CLAVE**

Atención, Dificultades atencionales, Trastorno por Déficit de Atención con o Sin Hiperactividad, Sintomatología, problemas derivados, Dificultades de Aprendizaje, Autoestima, Socialización, Comportamiento.

## **KEYWORDS**

Attention, Attention difficulties, Attention Deficit Disorder with or without hyperactivity, symptoms, derivative problems, learning difficulties, self-esteem, socialization, behavior.

## ÍNDICE

1. Aspectos Preliminares	
- Resumen/Abstract.....	p. 3
- Palabras clave/Keywords.....	p. 4
2. Las Dificultades Atencionales y su Respuesta Educativa en el Aula	
- Introducción.....	p. 6
- Objetivos.....	p. 7
- Justificación.....	p. 7
- Concepto de atención.....	p. 9
a) Tipos de atención.....	p. 9
b) Atención y motivación.....	p. 10
c) Atención y aprendizaje.....	p. 11
- Las Dificultades Atencionales. Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad.....	p. 12
a) Funciones ejecutivas e inhibiciones	
b) Causas.....	p. 13
c) Tipos y Sintomatología.....	p. 14
d) Consideraciones del modelo de déficit de atención sin hiperactividad.....	p. 15
e) Comorbilidades, problemas asociados y consecuencias de padecer un TDAH.....	p. 15
f) Dificultades atencionales sin tratarse de un TDAH. Causas ambientales y emocionales que lo provocan.....	p. 18
- Estudio de las Guías prácticas para tratar el TDAH.....	p. 21
a) Diagnóstico. Fase inicial del problema.....	p. 21
b) Intervención como maestros una vez diagnosticado el problema.....	p. 25
3. Consideraciones finales y conclusiones.....	p. 42
- Bibliografía.....	p. 45
- Anexos	
I) .....	p. 48
II) .....	p. 49
III) .....	p. 50

# **LAS DIFICULTADES ATENCIONALES, Y SU RESPUESTA EDUCATIVA EN EL AULA**

## **INTRODUCCIÓN**

Este trabajo trata sobre las Dificultades Atencionales que presentan los niños en edades concernientes a la Educación Primaria, y dentro de ellas, más concretamente, el Trastorno por Déficit de Atención, con o sin Hiperactividad.

Para ello, se ha elaborado en primer lugar un marco teórico, para sentar unas bases conceptuales en torno al tema a tratar. Para empezar, se hace necesario comprender lo que es la atención, el mecanismo atencional, en qué consiste, y por qué es indispensable para que se produzca el proceso de enseñanza-aprendizaje. Después, ya se puede abordar el tema de las dificultades atencionales. Dentro de ellas, hemos hablado sobre en qué consisten, qué causas las provocan, qué consecuencias pueden tener y las comorbilidades en que se ven envueltas, los tipos que hay y su sintomatología, etc. De todos estos aspectos se ha hablado asociándolos al Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad. Sin embargo, también se ha hecho hincapié en que no siempre las Dificultades Atencionales tienen un origen neurológico, y por lo tanto, no siempre constituyen un TDAH. Muchas veces, un entorno familiar desestructurado, una inadecuada situación personal, acoso escolar... puede derivar en Dificultades Atencionales, y también se ha de estar muy pendiente para identificar y tratar estos casos.

En cualquier caso, el maestro no es un médico, ni un psicólogo, ni un psicopedagogo, y por tanto, no le corresponde aplicar un tratamiento psicológico, psicopedagógico o farmacológico. No obstante, su papel va a ser crucial en la detección del problema, ya que es quién más horas pasa con él en el centro, y quien más conoce su nivel de aprendizaje, sus relaciones sociales, su comportamiento, etc. Toda esta información será muy útil a los profesionales que identifiquen y diagnostiquen el problema. Después, cuando ya se haya identificado y haya que darle respuesta, el maestro jugará un papel relevante, al igual que la familia. Es por eso que, en este trabajo, se ha intentado encontrar, analizando diferentes Guías Prácticas para tratar el TDAH, diferentes propuestas prácticas, para trabajar con el alumno en el aula. El maestro, siguiendo las

indicaciones del Orientador del centro y con su propia formación, tendrá que dar respuesta a estos alumnos, adaptando el medio físico para que no se distraiga, facilitándole la adquisición de los aprendizajes, mejorando su nivel de convivencia con los demás, su autoestima, controlando su comportamiento... Para todos estos aspectos que son pilares básicos en el aula se han elaborado una serie de estrategias prácticas, teniendo en cuenta lo que incluyen estas siete guías con las que se ha trabajado, además de algún libro y artículo más.

## **OBJETIVOS**

- Conocer y reflexionar sobre las Dificultades Atencionales y el Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad.
- Investigar sobre el Mecanismo Atencional y las Dificultades Atencionales, como base para poder comprender mejor en qué consisten, cuáles son sus causas y consecuencias para el aprendizaje.
- Conocer cuáles son los problemas asociados de padecer un TDAH, de aprendizaje, de comportamiento, emocionales, etc.
- Investigar diferentes Guías Prácticas, además de libros y artículos, para poder conocer cuáles son las respuestas prácticas que como futuro maestro, se pueden dar para ayudar a este tipo de alumnos.
- Conocer cuál es el papel de maestro, de qué manera interviene en el diagnóstico del problema.
- Elaborar una propuesta práctica, para poder dar solución a todas estas dificultades desde nuestra posición de maestros.

## **JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO**

En primer lugar, tuve claro desde el principio que quería escoger y trabajar sobre un tema que estuviera relacionado con la Psicología o la Pedagogía. Nuestra formación en estas ciencias ha sido amplia de algún modo, pero de manera muy generalizada, sin profundizar en ningún asunto concreto. Uno de los temas que más me atrajo fue este, el de las Dificultades Atencionales. Sobre esta cuestión se habla mucho hoy en día, ante la interminable aparición de casos que se diagnostican en los centros educativos, pero con propiedad, se sabe bastante poco. Es por ello que me pareció un tema bastante adecuado

a la vez que necesario para mi formación, y para mi posterior futuro laboral como maestro.

Como maestro en prácticas, he podido ver alumnos con Dificultades Atencionales y con TDAH, y muchas veces, se tarda mucho tiempo en diagnosticar y en dar una respuesta a estos problemas. Por eso también tengo esa inquietud, de saber más acerca de este tema, y de cómo podría ayudar desde mi posición si me volviera a surgir un caso en mi experiencia profesional.

Aparte, cuando termine esta carrera me gustaría estudiar algo referente a la Psicopedagogía, o Psicología Educativa, y pienso que esta puede ser una buena toma de contacto. También me ha interesado siempre, a parte del TDAH, cómo pueden aparecer dificultades atencionales y problemas de aprendizaje en niños con un ambiente familiar y social desfavorecido. Muchas veces, pueden aparecer dificultades atencionales, sin que exista ningún problema neurológico (lo que sería un TDAH) por estos elementos.

En cuanto a la relación que puede tener este trabajo para la consecución de las competencias del título de Grado en Educación Primaria, como futuros maestros, tenemos que aprender a conocer y a reflexionar sobre distintos problemas que pueden surgir dentro de la heterogeneidad de las aulas. Las Dificultades Atencionales y el TDAH, será uno de esos problemas más comunes con que nos encontraremos, y al que tendremos que dar respuesta. Además, a través de la información y de la formación, se puede aprender a valorar a estos alumnos, a comprenderlos mejor, y a no juzgarlos por sus acciones, ya que ha habido unas causas que son las que han condicionado que se comporten de esa manera, no lo hacen por gusto.

Como futuros maestros, también tendremos que saber planificar y desarrollar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje, dando respuesta a los problemas que presenten los alumnos para que, dentro de las dificultades que presentan, puedan desarrollarse al máximo a nivel intelectual, personal y social. Para esta labor, tenemos que aprender a colaborar en la evaluación de planes de trabajo individualizados, modificando los objetivos, adecuando los métodos, pautas, etc.; para dar respuesta a estos alumnos. En definitiva, el maestro ha de analizar y comprender todos los procesos educativos que se pueden dar en el aula.

A través de todo lo dicho, también el maestro conseguirá favorecer la integración educativa de estos alumnos que presentan Necesidades Educativas Especiales, para lo que será necesario adquirir unas habilidades y recursos.

Por todo ello, he elegido este tema para el Trabajo Fin de Grado, pensando en que en un futuro, el haber indagado sobre este tema, y sobre las respuestas educativas que se pueden dar a estos alumnos, me puede resultar muy útil.

## **CONCEPTO DE ATENCIÓN**

Etimológicamente, el término atención proviene del latín *attendere*, que significaba originariamente “tensar el arco hacia arriba”. Es difícil definir lo que es la atención, aunque intuitivamente, todo el mundo sabe en qué consiste.

Es imposible abarcar todo lo que nos viene por los sentidos, y tener en cuenta a la vez todas las asociaciones producidas en nuestra mente; tampoco podemos planear una acción y actuar simultáneamente de todas las maneras que sabemos. Para ello necesitamos la atención, para dirigir nuestros recursos mentales solo a algunos aspectos del medio. También la atención nos permite repartir los recursos entre varias tareas y así, maximizar la eficacia.

Rosselló (1998) sostiene lo siguiente:

La realización de la gran mayoría de tareas y actividades que debemos llevar a cabo a lo largo de nuestra vida, supone siempre la adecuada distribución de unos recursos cognitivos que son desgraciadamente finitos, de forma que nuestra conducta sea, a la postre, lo más adaptativa posible respecto al medio y que optimice nuestras posibilidades de supervivencia funcional. (p. 18)

No es fácil definir lo que es la atención, entre otros motivos, porque hay diferentes formas de atender. Por un lado, tenemos formas abiertas de atender, como cuando vamos desplazando la atención a medida que desplazamos la mirada de un punto a otro; pero también hay formas encubiertas, por las cuales podemos escuchar una voz u otra en medio de un barullo, o podemos cambiar el foco atencional dentro de nuestro campo visual sin mover los ojos.

Podemos considerar la atención como “la disposición a seleccionar y controlar objetos, informaciones y acciones, de manera voluntaria o no”. (Boujon y Quaireau, 1999, p. 10)

En cuanto a los factores que encontramos en las tareas atencionales, podemos decir que: “El análisis factorial aplicado a las diferentes tareas atencionales indica la existencia de, al menos, tres factores claramente diferenciados: la selectividad, la resistencia a la distracción, y la habilidad para pasar de un foro de atención a otro (*shifting*)”. (Rosselló, 1998, p. 21)

### **Tipos de atención**

- Atención interna o intelectual. Se refiere a los procesos y representaciones mentales.
- Atención externa o sensorial. Se encarga de la información que nos llega por los sentidos.
- Atención voluntaria o activa. Aquella que se ejerce según nuestra voluntad. Está controlada.
- Atención involuntaria o pasiva. Es la atención captada automáticamente.
- Atención selectiva o focalizada. Se encarga de focalizar la atención hacia unos objetos o lugares concretos cuando tenemos fuentes simultáneas de información. Se da en situaciones en las que la persona tiene que centrarse en una sola parte de las informaciones para responder adecuadamente a una situación. Se trata de una selección y posterior enfoque sobre la información que se considera importante. Por tanto, este tipo de atención tiene una doble consecuencia: por un lado la atención se centra en el entorno elegido; por otra ignora, inhibe las informaciones poco importantes.
- Atención dividida. La que se pone en marcha cuando tenemos que atender eficazmente a fuentes simultáneas de información, para lo cual es necesaria una distribución óptima de nuestros recursos atencionales.
- Atención abierta. Es aquella que se observa, porque al desplazarse se producen respuestas motoras y fisiológicas. Ej. girar la cabeza o abrir los ojos.
- Atención encubierta. Es la que no se observa. Ej. escuchar una determinada conversación en medio de un barullo.
- Atención visual
- Atención auditiva
- Vigilancia o atención sostenida. Como su propio nombre indica, la vigilancia se pone en marcha en tareas en las que el sujeto mantiene la atención sobre un objeto durante un período prolongado de tiempo. El propósito es averiguar si se

producen cambios en la información presentada. Se puede pues llamar también atención a largo plazo.

### **Atención y motivación**

Es evidente, aunque solo sea intuitivamente, que si dirigimos nuestra atención hacia unos focos u a otros, es por algo, hay algo que nos mueve a hacerlo, tenemos unos intereses concretos que nos llevan a prestar más atención a unos elementos que a otros.

La atención está al servicio de la motivación. La tendencia motivacional influye a la hora de fijarse nuestro mecanismo atencional. La motivación dirige la selectividad atencional, y esto influye sobre la acción y el rendimiento. Si ponemos como ejemplo el paradigma conductista de Estímulo-Organismo-Respuesta, nuestra motivación influye en la respuesta que emite el organismo a los estímulos a los que está expuesto.

Es importante considerar que del mismo modo que la motivación influye en la atención, también la atención influye en la motivación. Sobre aquellos aspectos de nuestro entorno sobre los que fijemos nuestra atención, podrá surgir después una motivación en ese procesamiento.

Ahora que hemos visto la importancia del vínculo entre atención y motivación, es necesario expresar que entre estos dos elementos y la emoción también subyace un vínculo importante. La afectividad y nuestros sentimientos en los estímulos que nos llegan, condicionan nuestro foco atencional. “Motivación y emoción determinarán nuestra selectividad atencional, pero, a la vez, la capacidad atencional, la velocidad de cambio de la atención y la susceptibilidad a la distracción”. (Rosselló, 1998, p. 15)

### **Atención y aprendizaje**

Es evidente, que si no conseguimos focalizar nuestra atención sobre un objeto, ya sea visualmente (observar un libro), o auditiva (escuchar una explicación de un profesor), va a ser imposible que podamos aprender algo del medio.

“La atención es un prerrequisito para el acceso a cualquier aprendizaje y es necesario que el sujeto disponga de un desarrollo madurativo adecuado y de un dominio básico de la misma”. (Campo, 2002, p. 5)

“Para aprender, ante todo es necesario estar atento a lo que sucede y a lo que acaba de suceder. Solo con esta condición se puede memorizar”. (Boujon y Quaireau, 1999, p. 9)

## **LAS DIFICULTADES ATENCIONALES. TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON O SIN HIPERACTIVIDAD.**

### **Las funciones ejecutivas y las inhibiciones**

Se consideran las funciones ejecutivas como un conjunto de habilidades cognitivas que se ponen en marcha para poder alcanzar un objetivo. Las funciones ejecutivas intervienen en la regulación de la conducta de las personas, en la regulación de los pensamientos, de los recuerdos y los afectos.

“Las funciones ejecutivas permiten el diseño de planes, la selección de conductas, la autorregulación de los procesos para la consecución del objetivo a realizar, la flexibilidad y la organización de la tarea propuesta”. (Pistoia, Abad y Etchepareborda, 2004, p. 149)

Como podemos suponer, si estas funciones intervienen en estos elementos y acciones cognitivas, son imprescindibles para el aprendizaje. Si no conseguimos mantener el pensamiento en un determinado objetivo el tiempo suficiente, o no logramos recordar algo, ni podemos organizar la tarea que queremos realizar, va a ser muy difícil centrar la mente en una aprendizaje. Las funciones ejecutivas intervienen pues en la memoria, sin ellas nos va a ser difícil recordar algo, o fijar en nuestra memoria aprendizajes, y después recuperarlos, traerlos a la Memoria a Corto Plazo o Memoria de Trabajo.

En cuanto a las inhibiciones, consisten en ser lograr de focalizar la atención, ignorando los estímulos que no nos interesan para el aprendizaje. Las funciones ejecutivas afectan a la atención selectiva, por lo que al niño le es difícil centrarse en un estímulo e inhibir los demás. Si el sujeto no inhibe estos estímulos irrelevantes para el aprendizaje, va a ser muy difícil que consiga llevar a cabo una tarea propuesta. Es por eso, que en las recomendaciones y estrategias que se plantean en este trabajo, se considera el crear un ambiente tranquilo y estable para el alumno, para que estos estímulos le distraigan lo menos posible.

## Causas

En primer lugar, el T.D.A. es un síndrome, puesto que está provocado por una serie de síntomas, más o menos comunes, que se deben a causas muy variadas y que serán diferentes en función de estas causas.

En todos los casos de pacientes con un T.D.A. están alteradas las funciones de los neurotransmisores del cerebro. Los que influyen en la atención son la noradrenalina y la dopamina, y este desequilibrio hace que no trabajen adecuadamente en la parte frontal del cerebro, que se encarga de la “función ejecutiva”.

De acuerdo con Ferré (1999), y Banús (2013) podemos establecer diferentes tipos de causas:

- Causas físico-biológicas: Son aquellas que tienen que ver con las funciones del organismo. Las alergias o intolerancias a algunos alimentos; los problemas de glucosa, que influyen mucho en las alteraciones de atención y los desequilibrios de función neuronal; el déficit de algunas vitaminas u oligoelementos, por mala absorción o por una dieta pobre.
- Causas ambientales: Son muy peligrosas las intoxicaciones por productos del medio, tales como el aire contaminado que respiramos, o sustancias nocivas que ingerimos; sobrecargar al niño haciéndole llegar del exterior muchos estímulos audiovisuales; etc. Durante la gestación, pueden ocasionar futuros problemas de atención el abuso de alcohol u otras sustancias por parte de la madre, y la falta del oxígeno suficiente que le llegue al feto.
- Causas sensoriales visuales: el nistagmus, que consiste en movimientos rítmicos descontrolados de los ojos que impiden la fijación; las ambliopías u ojo vago, que producen la anulación de llegada de información a un ojo, y al hemisferio cerebral que corresponde; los problemas de acomodación a la luz y a la distancia; los problemas para integrar la información de la retina central y la visión periférica empobrece el campo visual, y al sistema nervioso le cuesta distinguir entre un estímulo relevante e irrelevante.
- Causas sensoriales auditivas: Muchas veces, los padres llevan a sus hijos a que les practiquen una audiometría, y resulta que oyen perfectamente. El problema es que muchos niños no escuchan, tienen dificultades para mantener la atención sobre un estímulo que le llega por el oído.

- Causas psico-motrices: Desde que el niño es bebé, tiene que ir dominando ciertos movimientos, y si no lo hace, pueden aparecer problemas que pueden provocar dificultades de atención. Hay ciertos movimientos que deberían estar automatizados, y si no lo están, el niño está ocupando la función de las estructuras encargadas de seleccionar los estímulos que proceden del exterior, al realizar estos movimientos.
- Causas emocionales: juegan un papel fundamental. Tenemos que distinguir entre aquellas de estas causas que provocan T.D.A.H., y las que provocan dificultades de atención, de las que hablamos más adelante con detenimiento.

### **Tipos y sintomatología**

La sintomatología es muy diversa, ya que este síndrome incluye distintas variantes que se deben a causas muy diversas. Según el DSM-IV, los tipos de T.D.A. y sus síntomas, son los siguientes:

#### 1. Trastorno por Déficit de Atención con predominio de Dificultades de Atención.

Estas personas presentan dificultades para centrar su atención en una tarea escolar, o en un juego o una acción que se prolongue en el tiempo. Además, tienen problemas de escucha, le cuesta captar los mensajes. Tienen aprietos para seguir las instrucciones y no finaliza las tareas, y no es porque no quiera hacerlo. Tiene dificultades para planificar tareas, y le resulta imposible realizar aquellas que requieren una atención sostenida. Suele perder sus cosas, y se distrae por cualquier estímulo mínimo. Se suele olvidar de las tareas cotidianas que deberían estar automatizadas.

#### 2. Trastorno por Déficit de Atención con predominio de Hiperactividad/Impulsividad

Estos niños se presentan muy inquietos motrizmente. Se suelen mover en situaciones inapropiadas, y tienen dificultad para realizar tareas que requieren de una quietud. Siempre están activos, incomodando, haciendo ruidos y dando golpes, etc.; y hablando con exceso.

Estos niños son impacientes, contestan sin pensar cuando se le pregunta. Les cuesta mantener las reglas y los turnos de palabra en las actividades grupales, y suele interrumpir y molestar a los demás, a veces de forma agresiva.

### 3. Trastorno por Déficit de Atención de tipo combinado

Es aquel en el que se dan tanto síntomas de inatención como de hiperactividad/impulsividad.

Tenemos que decir, que el manual exige que se den mínimo seis síntomas en el caso del déficit de atención, y seis también en el caso de hiperactividad/impulsividad para poder ser catalogado como tal. También se requiere que estos síntomas se den en un periodo mínimo de seis meses.

#### **Consideraciones sobre el modelo del déficit de atención sin hiperactividad.**

Normalmente, se suelen conceder menos importancia a los síntomas de esta variante del T.D.A., porque estos niños, al no tener ese comportamiento tan disruptivo, pasan más desapercibidos, y estos casos son menos estudiados. Estos niños, aunque a veces nos parezca que no están atentos, si lo están, lo que ocurre es que focalizan su atención hacia el interior. Son niños emocionales e introyectivos, que pueden padecer ansiedad, que se puede transformar en angustia. Muchas veces, estos síntomas se agravan cuando estos niños padecen descalificaciones, agresiones, baja autoestima, etc., que los van minando y poco a poco se van encerrando en sí mismos.

#### **Comorbilidad y otros problemas que pueden surgir derivados de un T.D.A. Consecuencias de padecer un T.D.A.H.**

Puede ocurrir que otros trastornos o problemas se puedan dar al mismo tiempo que el T.D.A. en una misma persona. Esta comorbilidad puede producirse porque hay síntomas que son propicios a manifestarse cuando existe un T.D.A., y algunos son una consecuencia directa de padecer ese T.D.A.

De acuerdo con Jorge Ferré (1999), y la Fundación CADAH (2013), establecemos las siguientes comorbilidades y problemas asociados de padecer un T.D.A.

#### **Relaciones entre el T.D.A. y los problemas de conducta**

Ya hemos hablado de que muchas veces, los niños que padecen T.D.A. padecen de incomprensión y rechazo por parte de los demás. Concretamente, los niños hiperactivos/impulsivos, se crean una autoimagen negativa, porque solo reciben críticas de los demás del tipo: “eres insoportable, me matarás a disgustos, desde que naciste se

acabó la paz en esta casa...”. Todas estas actitudes de incomprensión del entorno (padres, profesores, amigos y compañeros de clase), crean un psicofeedback negativo que hacen que el niño piense que esa es su forma de ser y que no va a poder cambiarla. Además, también reacciona mal porque siente que tiene que defenderse de todo este entramado que lo amenaza, ataca y critica constantemente.

Cuando los problemas de conducta son graves, podemos encontrar dos trastornos: El trastorno de conducta y el trastorno oposicionista desafiante.

- Trastorno de conducta. Puede darse por su incapacidad para controlar e inhibir sus impulsos motores y verbales. Además de este factor, estos niños desarrollan comportamientos disruptivos por la frustración que sufren ante las críticas que reciben del medio a diario. Ante estos ataques, se sienten incomprendidos, y tienden cuando se les presenta un problema, o a no dar una respuesta, o a responder agresivamente.
- Trastorno de oposición desafiante. Afecta aproximadamente al 50% de los pacientes de TDAH. Presentan comportamientos hostiles y desafiantes, se niegan a obedecer, y siempre intentan molestar de forma deliberada. Además, no suelen admitir sus errores, y son resentidos y vengativos. Suelen herir con el vocabulario, y acostumbran a mentir.

### **Relaciones entre el T.D.A. y los problemas de aprendizaje**

Como ya se ha indicado, gracias al mecanismo atencional podemos percibir información del medio, para después procesarla, organizarla y acumularla en la memoria. Si surgen problemas atencionales, habrá problemas para percibir la información, y por tanto, el aprendizaje, que se basa en esto, se verá afectado. A continuación se citan algunos de estos problemas de aprendizaje:

- Dislexia. Para este problema de lectura, será necesario un doble tratamiento. Por un lado, todas las medidas, tanto farmacológicas, como psicopedagógicas que se tomen de cara a tratar el TDAH, servirán a su vez para mantener la concentración del alumno en el aprendizaje. Por el otro, será necesario tomar las medidas propias que suelen ponerse en marcha para tratar este problema. Los niños que padecen TDAH y dislexia suelen cometer los mismos errores, pero la raíz del problema es distinta. Los niños con dislexia cometen errores para leer

porque tienen dificultades para procesar las palabras, para conectar la forma física de la palabra con su significado. En cambio, en los niños con TDAH, es debido a sus dificultades atencionales y a su impulsividad (en caso de tenerla), porque tienen dificultades para mantener una atención sostenida, sobre todo cuando el texto es largo.

- Dificultades en matemáticas. En estos niños se dan problemas para procesar la información de forma global, y debido a sus dificultades atencionales y a su impulsividad, les cuesta ser reflexivos, algo fundamental en matemáticas, sobre todo en la realización de problemas. Esa falta de atención y de procesamiento reflexivo de la información, les lleva a no saber si tienen que sumar o restar, o multiplicar o dividir; o a no comprender el enunciado del problema; o a que se les olvida seguir algún paso; o a que tienen que contar con los dedos, debido a las dificultades en el cálculo mental.

### **Relaciones entre el T.D.A. y los problemas de personalidad y autoestima**

Los niños con T.D.A. muchas veces tienen la sensación de vivir en un mundo que no les comprende. Presentan muchas dificultades para centrarse y llevar a cabo las tareas que se les piden. Si en algún momento están más lúcidos, puede ocurrir que no se les tenga en cuenta, y que para las personas que están a su alrededor, la suma de todas las cosas que hacen mal, pese más. Todo esto se traduce en un deterioro progresivo del autoconcepto del niño, y esto se convierte en un problema de desarrollo de la personalidad. Muchos de estos niños tienen miedo, y esto se transforma en fobias, en búsqueda de protección, o en reacciones impulsivas y agresivas. Esta situación forma un círculo que le hace sentirse cada vez más rechazado, más solo y más aislado. Puede generarse por esta situación una depresión, que muchas veces puede ser encubierta, por eso de que al deprimirse se encierran en sí mismos.

Si estos problemas de autoestima se vuelven graves, podemos encontrar trastornos de ánimo como: depresión mayor, trastorno bipolar o trastorno distímico (trastorno afectivo crónico que se caracteriza por una baja autoestima, carácter melancólico, triste y apesadumbrado, pero que no cumple todos los requisitos para considerarse una depresión).

Estos niños, van interiorizando eso de “yo no soy capaz de hacerlo bien, soy tonto”, y ante esta situación, que les crea ansiedad y frustración, se va formando esa impotencia y esa baja autoestima.

Se cree que entre el 15-20% de los niños con T.D.A.H. sufre de ansiedad y depresión.

### **Dificultades atencionales sin tratarse de un T.D.A.H. Causas ambientales y emocionales que lo provocan.**

Muchas veces, encontramos casos de niños que tienen dificultades de atención, porque hay algo en su medio, que les tiene preocupados, o que les crea ansiedad, estado bajo de ánimo, baja motivación, baja autoestima y autoconcepto, etc. Como detallamos en este trabajo, muchas veces en los T.D.A. se pueden dar estos síntomas asociados al problema o como consecuencia del problema. Sin embargo aquí, son los causantes del problema, es decir, que el niño no tiene ningún problema a nivel neurológico, sino que hay algo perturbador en su medio que le impide atender.

Para el niño, la escuela y el hogar son dos de los escenarios importantes donde se mueve socialmente. Es importante que estos escenarios proporcionen al niño un ambiente tranquilo, organizado, estable, que le proporcione felicidad, protección, cariño, una educación adecuada, etc.

La motivación. En su momento, ya indicamos la importancia que tiene la motivación para que una persona preste atención a unos y otros estímulos.

Podemos definir la motivación como “la predisposición psicológica que te infunde ánimo, fuerza, ilusión... para afrontar un trabajo, otorgándote una perspectiva desde la cual cualquier dificultad se torna salvable por la fuerza con el que el deseo de la consecución del objetivo nos impulsa”. (José María Arribas)

Es evidente, que nos será mucho más fácil prestar atención a un estímulo si nos motiva. El fracaso escolar es en parte falta de motivación, que provoca falta de atención en los alumnos.

Según José María Arribas, la falta de un objetivo que nos motiva, unida a la falta de hábitos y a una mala autoestima, crean un círculo vicioso del que es difícil salir. El origen puede ser una escasa estimulación del niño por parte de los padres o de la escuela, una mala experiencia, etc. Todos los resultados negativos que el niño obtiene,

pueden ir minando su moral, y hacer que interiorice el fracaso como algo inherente, algo de lo que no va a poder escapar. Por todo ello, es por lo que el alumno puede dejar de atender y de esforzarse para conseguir sus objetivos. No hace falta decir, que para que un alumno esté motivado, influyen mucho las técnicas pedagógicas que utilice el profesor a la hora de dar la clase, para ayudar a que los alumnos vean los contenidos de forma atractiva. Los profesores y los padres, han de procurar infundir ánimo al alumno, para que se esfuerce en conseguir los distintos objetivos que se le presenten. El alumno que consiga un objetivo a nivel escolar, buscará un éxito, que es el reconocimiento de los padres y profesores, y esto aumentará su autoestima, y hará que se vuelva a esforzar para obtener un éxito. Es importante que a estos niños se les refuerce positivamente, y esto ayudará mucho incrementar a sus niveles de atención.

Uno de estos hechos que puede perturbar el ambiente del niño es un marco familiar desestructurado. La hostilidad que se presenta en estos ambientes, en los que los padres discuten y se atacan delante de los niños, puede resultar muy perjudicial. Tras la separación, Ana Martínez Rubio recomienda esto para mantener la vida de los hijos lo más estable posible.

Martínez (2005) sostiene lo siguiente:

Deberían tratar de evitarse los cambios de casa, de barrio o de colegio para que la vida de los hijos recupere su equilibrio lo antes posible. Se ha comprobado que, si bien es cierto que los niños sufren un retraso escolar tras un divorcio sin cambios de domicilio o colegio, éste se prolonga de modo significativo (hasta dos años) cuando a la separación de los padres se le suma el desarraigo con los amigos del barrio o del colegio. (p. 14).

Otro motivo que pueden llevar al alumno a no atender es padecer *bullying*, lo que le ocasiona ansiedad y depresión, y lo puede conducir incluso al suicidio.

A parte de esto, en líneas generales, es bueno que el niño esté en definitiva en un ambiente estructurado y ordenado. Los padres han de ser un referente, y han de llevar una vida virtuosa, con unos horarios adecuados, y una vida ejemplar. Es importante mantener ordenado y limpio el hogar, ya que en el desorden es mucho más difícil atender; y proporcionar al niño un lugar adecuado para el estudio, alejado de ruidos y de cualquier tipo de desorden.

La motivación no es todo, sino que el ambiente a nivel general influye mucho en la atención de los alumnos.

Es importante que estos niños crezcan en una familia estructurada, que les dé el suficiente cariño, que les infunda confianza en sí mismos, que les inculquen unas normas y unos valores, etc.

Imagínense un hogar en el que el padre llega a casa ebrio la mayor parte de los días, cantando o gritando, despertando al niño. Un hogar en el que además no se siguen unos horarios determinados para las comidas ni para acostarse. Además, el desorden impera en la casa, entre ropa, papeles, platos sin fregar, polvo sin limpiar... Y además, un ambiente en el que los padres se pasan gran parte del día gritando y discutiendo, o con la televisión a un alto volumen. En estas condiciones, va a ser muy difícil que se dé un ambiente adecuado para que el niño pueda estudiar y concentrarse. Todas estas vivencias de familia desestructurada, le causarán además, muy seguramente, ansiedad, depresión, trastornos del sueño, etc.

También suele ocurrir que, en este mundo en el que vivimos, donde sobre todo en las urbes, tendemos a mantener un nivel de vida muy agitado, los niños reciben mucha presión del medio. La infinitud de actividades extraescolares a las que tienen que acudir, y la presión que reciben de los padres para obtener altas calificaciones, no son nada propicias para facilitar la atención del alumno. Por el contrario, encontramos niños estresados, agobiados, que pueden incluso llegar a padecer ansiedad. Las expectativas que tienen los padres de los hijos, influyen mucho en su rendimiento. Es bueno que los padres tengan unas altas expectativas, y que les exijan un alto rendimiento académico, pero si la presión es demasiado alta, el efecto que potenciarán los padres será el contrario, y el rendimiento de estos alumnos se verá perjudicado. Hoy en día, teniendo en cuenta que los niños tienen mucho menos tiempo para jugar y para destacar socialmente en otros contextos, el que fracasa a nivel escolar se convierte en sinónimo de persona que no tiene futuro en nuestra sociedad.

## **ESTUDIO DE LAS GUÍAS PRÁCTICAS PARA TRATAR EL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON O SIN HIPERACTIVIDAD**

Con este punto, pretendemos elaborar una propuesta práctica, para poder responder a este tipo de alumnos, que padecen TDAH. Como futuros maestros, no nos interesa tanto el tratamiento que pueda recibir a nivel farmacológico o psicológico, algo que escapa a nosotros y no es de nuestra incumbencia. Nuestro objetivo es crear un marco de estrategias mínimas, para poder responder a este problema en el aula de forma práctica. Para ello, hemos estudiado varias Guías que hablan de la intervención educativa a estos alumnos. Concretamente, son 7 guías las que hemos examinado, y a partir de ellas, extrayendo lo mejor de cada una y adaptándolo a nuestro estilo, hemos formado esta propuesta que presentamos a continuación. Las siete guías son:

- *Protocolo de Coordinación del TDAH* de la Junta de Castilla y León y la Sanidad de Castilla y León.
- *Guía práctica con recomendaciones de actuación para los centros educativos en los casos de alumnos de TDAH* de la Asociación balear de padres de niños con TDAH.
- *Guía de Práctica Clínica sobre el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) en Niños y Adolescentes* del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.
- *Guía para la Atención Educativa del Alumnado con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad.*
- *Guía Práctica para educadores. El alumno con TDAH* de la fundación ADANA
- *Programa Integral de Evaluación y Tratamiento del TDAH y trastornos relacionados* de la Asociación Andaluza de psiquiatría y psicología infanto-juvenil.
- *Programas de Innovación Educativa. Programa para la atención educativa del alumnado con TDAH* de la Consejería de Educación del Gobierno de Canarias.

### **Diagnóstico. Fase inicial del problema**

Es evidente que el maestro no tiene la suficiente preparación y formación como para poder hacer un diagnóstico de T.D.A. Pero lo que sí que puede es atisbar los síntomas

que este niño puede presentar en el aula. Entonces, debe de inmediato ponerse en contacto con el Equipo de Orientación educativa y Psicopedagógica.

De acuerdo a Artiles, C. y Jiménez J.E. (2006), cuando desde el entorno familiar o escolar se perciben síntomas que delatan que un niño puede presentar Necesidades Educativas Especiales asociadas a un T.D.A., es necesario alertar al Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica. Entonces, con la conformidad de los padres y el tutor, el Orientador iniciará una valoración previa, en la que tendrá que recoger datos, con la ayuda de los padres, el tutor del colegio y otros profesores si hiciera falta.

Será el EOEP el que se encargará de dirigir en el centro el proceso de evaluación, pero al maestro le corresponderán unas tareas, algunas de las cuales les serán encargadas por el EOEP.

Estos profesionales, preguntarán a los maestros sobre el rendimiento y el comportamiento del niño, que será comparado con el de otros niños de su edad. Es frecuente que los maestros tengan que rellenar informes y cuestionarios, y que se les pida que observen al niño en diferentes ámbitos (aula, patio, actividades extraescolares, etc.). Del mismo modo, también se pedirá a los padres colaboración para recoger este tipo de información.

La observación jugará entonces un papel crucial, y los maestros, con esa información recogida podrán entonces rellenar estos cuestionarios. Se podrán tomar como referencia los indicadores que se proponen en el DSM-IV por la Sociedad Americana de Psiquiatría.

Analizando las guías, se han encontrado dos cuestionarios que pensamos pueden resultar útiles para los maestros que quieran observar y anotar conductas de alumnos que se estén diagnosticando con TDAH:

- Cuestionario para padres, madres y profesorado (Díaz y Jiménez, 2006). Se encuentra en el **ANEXO I**
- Protocolo de observación del alumnado con T.D.A.H. (Consejería de Educación, Ciencia y Tecnología de Extremadura). Se encuentra en el **ANEXO II**

También será necesario utilizar otras pruebas para descartar que estos alumnos tengan problemas de inteligencia.

A parte de esto, “también puede facilitársele test...para poder descartar que los problemas de rendimiento escolar o de comportamiento no se deban a otras cuestiones. Generalmente tendrá que realizar un test de inteligencia y responder a otros

cuestionarios para valorar el rendimiento”. (Mena, B.; Nicolau, R.; Salat, L.; Tort. P. y Romero, B., 2006, p. 10).

Por último, cuando el Orientador ha analizado los datos recogidos, y realiza una Evaluación, lo normal es que elabore un Informe de Derivación y lo ponga en conocimiento del pediatra del niño, para que les oriente sobre a qué profesional es más oportuno derivarle, que puede ser un psiquiatra infantil, un psicólogo o un neurólogo. Será en este ámbito médico, en el que se decidirá si el niño necesita un tratamiento farmacológico, y cuál es el más adecuado.

### **Protocolo de diagnóstico e identificación del TDAH**

Hemos elaborado este protocolo, tomando como referencia el “Protocolo de Coordinación del TDAH” elaborado por la Junta de Castilla León y la Sanidad de Castilla y León.

Los padres o maestros, por iniciativa propia o por recomendación del pediatra, pueden poner en conocimiento del Orientador del Centro las alteraciones detectadas para que inicie el proceso.

Entonces, el Orientador, comenzará lo que se conoce como Pre-evaluación.

Para llevarla a cabo, se servirá de unos instrumentos, como son:

- Escalas de evaluación específica del TDAH
  1. Prueba de Connors para padres y profesores. Escala DU PAUL para padres y profesores.
  2. SNAP IV
  3. Entrevista con la familia
  4. Entrevista con los profesores
  5. Observación del alumno en el aula.

Después, se llevará a cabo la Evaluación del Orientador Educativo

El Orientador ha recogido información de diferentes vías. Como hemos visto, el papel de los maestros es crucial, porque tanto ellos como los padres son los que están en contacto con el niño, y los que han ido recopilando la información que el Orientador le ha pedido, mayormente a través de la observación.

A partir de esta información acumulada, tiene lugar la Evaluación del Orientador Educativo.

Si el resultado de esta pre-evaluación determina que puede existir un TDAH, el Orientador realizará un Informe de Derivación para poner el problema en conocimiento de los Servicios Sanitarios. Dicho informe incluirá:

- Nivel de competencia curricular
- Capacidad cognitiva (Escala WISC-IV)
- Rendimiento académico
- Adaptación y relación social.

Este Informe de Derivación será trasladado a los Servicios Sanitarios siempre que se cuente con la autorización de la familia. Cuando hablamos de Servicios Sanitarios, nos estamos refiriendo a: Pediatra, Médico de Atención Primaria, o Equipo de Salud Mental Infante-Juvenil.

Después de saber el diagnóstico y la valoración de los Servicios Sanitarios, valorará las Necesidades Educativas del alumno, y elaborará el Informe Psicopedagógico. Propondrá una intervención educativa acorde a sus necesidades, y establecerá cuál debe ser la coordinación entre la familia y los profesores.

Es aquí donde entra la labor del maestro en cuanto a la intervención una vez terminado el diagnóstico, siguiendo las pautas del Orientador.

Se establecerá un Plan de Coordinación y Seguimiento, entre los profesores, el Orientador y los Servicios Sanitarios. En caso de que el niño no presente Necesidades Específicas de Apoyo Educativo, el seguimiento será más leve, y los maestros y las familias serán mayormente los agentes encargados de hacer el seguimiento.

Queremos hacer una reflexión final a modo de síntesis sobre todo lo que hemos hablado en este epígrafe. Como hemos visto, el papel del maestro es crucial en el tratamiento de niños con T.D.A.H. Es cierto que no dispone de la formación necesaria para llevar a cabo el proceso en solitario, pero es una piedra angular e indispensable para la detección y la posterior respuesta al problema. Para empezar, tanto el maestro/maestra como los padres son los que atisban los rasgos y anomalías, y los que las ponen en conocimiento de los especialistas. Después, como parte del diagnóstico, también se les pide, a través de su experiencia con ese niño y de entrevistas, información necesaria para elaborar ese diagnóstico. Por último, cuando los especialistas establecen el protocolo a seguir, los maestros, que son los que más tiempo van a pasar con esos niños en el centro, son los

que van a tener que poner en marcha muchas de esas medidas, de esas respuestas para ayudar a ese alumno/a con T.D.A.H.

El maestro es clave para recopilar la información necesaria de los cuatro elementos que el Orientador observa en el protocolo: nivel de competencia curricular, capacidad cognitiva, rendimiento académico y adaptación y relación social. Quién mejor que el maestro para poder conocer cuál es el nivel curricular del alumno, que lo evalúa casi diariamente, y que observa sus progresos y su rendimiento académico continuamente. Además, el maestro, en el patio y en el aula, si pone interés puede llegar a conocer mejor que nadie cuál es su grado de adaptación y relación social, en tanto en cuanto se relacione de una u otra manera con sus compañeros. El maestro podrá aportar mucha información sobre estos asuntos, pero bien es verdad, que después de iniciarse el proceso, habrá de poner mucha atención en estos alumnos, para poder vislumbrar cosas de las que hasta ahora no había reparado, para poder informar al Orientador.

Queremos también hacer hincapié en la importancia de que cuando el maestro tenga en el aula un alumno al que se le está diagnosticando de TDAH, se documente bien sobre el tema, que el Orientador no le tenga que estar explicando en qué consiste, sino que hojee libros, artículos de revistas, etc., para poder comprender y atender mejor a este alumno. Quizá este sea el mejor argumento para justificar el marco teórico que hemos elaborado, para conocer en qué consiste el mecanismo atencional, y el Trastorno por Déficit de Atención, con o sin Hiperactividad.

### **Intervención como maestro una vez diagnosticado el problema**

#### **Estrategias en cuanto a crear en el aula un ambiente predecible, estructurado y ordenado**

Se trata con estas estrategias de reducir lo más posible los estímulos que puedan distraer la atención del alumno, tanto visuales como auditivos. Si creamos un ambiente predecible, estructurado y ordenado, será mucho más fácil que funciones las funciones de inhibición del niño, de las que ya hemos hablado.

- En primer lugar, es importante establecer unas normas y reglas en la clase, que deben estar por escrito y siempre a la vista del alumno.

- Cuando se manden tareas, se pongan las fechas de los controles, etc., es preferible que se escriban este tipo de avisos en la pizarra, y si no se reserva un lugar para que estén allí de forma permanente, al menos es bueno que se dé tiempo a los alumnos para que lo copien en la agenda.
- A parte de esto, cualquier instrucción en general, sobre cualquier trabajo o tarea que haya que hacer, no sólo para casa sino también para realizar en clase, es bueno que a estos niños se les ponga por escrito, porque si no luego les va a costar mucho tiempo recordarlo.
- Cuando el profesor proponga a los alumnos estas instrucciones, es bueno que le mande repetirlo en voz alta, para asegurarse de que realmente las ha interiorizado.
- También es conveniente que en el aula se coloque el horario de forma visible en una pared, y que el niño lo tenga disponible en todo momento.
- Enseñar al alumno a seguir los pasos para cualquier tarea, desde las más sencillas hasta las más complejas. El uso de instrucciones, de pasos a seguir; ha de trabajarse mucho en este aspecto, porque el alumno debe de ir automatizando estos pasos a seguir, para luego tener una facilidad mucho mayor a la hora de realizar cualquier tarea.
- Como estamos hablando de la importancia de crear un ambiente predecible, precisamente por eso es importante que el maestro se anticipe a las novedades. Cualquier cambio en el horario, salida o actividad extraescolar que se vaya a realizar, etc., debe ser informada al alumno con antelación, preparándole para que luego no suponga un cambio brusca que lo desestabilice.
- El profesor tiene que dar un tiempo al alumno para ordenar el pupitre, la mochila, y sus pertenencias en general. No se trata de castigarlo por el desorden, sino de enseñarle a hacerlo bien. Este orden también ayuda a crear ese ambiente predecible y ordenado, clave para evitar que la atención de los alumnos se centre en estos estímulos distractores.
- De la misma manera, es bueno dar tiempo al alumno para ordenar sus cuadernos y fichas al menos una vez por semana. También se debe hacer con paciencia, sin regañar y explicando al alumno como hacerlo, para que a base de repetirlo interiorice la técnica. El profesor debe preocuparse por revisar de vez en cuando estos cuadernos, es importante que no se deje pasar porque la cantidad del desorden puede ir aumentando hasta tornarse irremediable.

- El ruido es un elemento perturbador que puede afectar gravemente a la atención del niño hacia el aprendizaje. Por eso es necesario intentar evitar los ruidos en la medida de lo posible, cerrar las ventanas si hay obras en un edificio cercano, o mantener la puerta cerrada cuando en el pasillo hay alboroto, etc.

### *Modificaciones del ambiente físico*

Se trata de, dentro del ambiente-aula que poseemos, hacer como docentes todos los cambios estructurales que podamos para intentar crear un ambiente tranquilo y con la mayor ausencia de distracciones para el alumno.

- El lugar donde colocarlos. Sería bueno colocarlo dentro del aula en un lugar que no esté cerca ni de puertas ni de ventanas, pero al que le llegue la luz suficiente. No es conveniente de ninguna manera separarlo o aislarlo de sus compañeros.
- El niño debe estar integrado en el grupo-clase como hemos dicho, en cuanto a la colocación de su pupitre, pero dentro de esto, se puede elegir un lugar que no esté lejos de profesor, para que pueda controlarlo constantemente, supervisar sus tareas, y mantener un contacto visual continuo con él. Se trata de que el profesor controle al alumno pero sin que éste se dé cuenta, porque afectaría a su autoestima. Recordamos en todo momento que el niño no ha de sentir que se le trata de forma diferente o se le estigmatiza por su problema.
- La distribución en cuanto a la colocación de los niños en el aula más adecuada es por parejas. Lo más conveniente es sentar al alumno junto a un compañero que le pueda servir como modelo. Con esto nos referimos más bien a un niño que sea tranquilo y un ejemplo en cuanto a comportamiento, más que a un niño brillante en cuanto a rendimiento académico.

### **Importancia del uso de la agenda**

El alumno debe utilizar la agenda a diario para apuntar todas las tareas que debe realizar en casa. Sería conveniente que tanto el maestro como los padres revisen la agenda, para comprobar que está todo debidamente apuntado. A través de ella, también se evitará que el alumno se olvide de coger materiales que le pueden hacer falta o llevar a clase, o a casa, según donde se encuentren. Si por ejemplo en la agenda tiene apuntado que al día

siguiente van a tocar la flauta con el profesor de música, al repasar su contenido en casa será mucho más difícil que se olvide de llevarla a clase al día siguiente.

La agenda también puede ser un buen sistema para la comunicación entre padres y profesores. Cualquier aviso o circunstancia del niño que se quieran comunicar, puede hacerse a través de este canal. Como es de suponer, cuando dicha información es muy negativa y puede afectar a la autoestima del alumno, es preferible utilizar otros canales (el niño puede abrir su agenda y ver lo que han escrito). En estos casos, se puede utilizar una llamada telefónica, un e-mail, etc.

### **Estrategias específicas para el aprendizaje**

#### *Importancia de las tareas cortas*

Diseñar diariamente actividades de corta duración. Si se elabora una actividad muy larga, es muy probable que el niño se quede por el camino, por eso es preferible fragmentarla en otras más pequeñas, para que el niño vaya alcanzando poco a poco los objetivos que se le proponen, y con un control constante del profesor. En estas pequeñas tareas que se suceden, la dificultad puede ir aumentando progresivamente. Cuando el niño con Déficit de Atención va alcanzando estas metas, al mismo tiempo va aumentando su autoestima y confianza en sí mismo.

Isabel Orjales (1998) sostiene lo siguiente:

Por ejemplo, en una clase de segundo de primaria, el profesor encarga a los niños una tarea de cuatro preguntas. Por lo general, esperará que los niños trabajen media hora tranquilos mientras él se dedica a corregir. A medida que los niños vayan terminando les felicitará por el trabajo cumplido. El niño hiperactivo, por lo general, no puede aguantar con facilidad 30 minutos concentrado, comenzará la tarea y al llegar a la mitad se distraerá. Al final, no sólo no recibirá el refuerzo como los demás... el profesor le habrá llamado la atención... (p. 147)

Es por eso que es más conveniente que se fragmenten las tareas en otras más cortas, y que, por ejemplo, si el niño está realizando cuatro ejercicios como dice el ejemplo del libro, acuda a la mesa del profesor cada vez que termine uno, para que el docente se lo corrija y le felicite, animándole a seguir así.

#### *Auto-instrucciones y resolución de problemas*

Para que este proceso se lleve a cabo, el niño ha de aprender a formularse estas preguntas a sí mismo:

1. ¿Cuál es mi problema/tarea? ¿Qué es lo que tengo que hacer?
2. ¿Cómo puedo hacerlo? ¿Cuál es mi plan? Esta es la pregunta más complicada, pues exige buscar una estrategia para llevarlo a cabo, y ahí es donde podemos ayudarle.
3. ¿Estoy siguiendo mi plan? Una vez que lo ha emprendido, deberá comprobar que lo está siguiendo, con una auto-evaluación de su proceso de aprendizaje.
4. ¿Cómo lo he hecho? Aquí es donde el alumno deberá evaluar los resultados de su aprendizaje. La labor del maestro es crucial en este punto, ya que es aquí donde puede producirse un feed-back, si le hacemos reflexionar acerca de sus errores para que aprenda de ellos y no vuelva a errar.

*A la hora de explicar contenidos al alumno. Combinar periodos monótonos que requieren más esfuerzo de atención con acciones manipulativas y actividades audiovisuales*

Hemos de tener en cuenta que estos niños tienen dificultades con la memoria a corto plazo, o memoria de trabajo. Esta es la memoria que nos permite retener información a la vez que estamos recordando algo que estaba en la memoria a largo plazo. Es por ello que estos alumnos tendrán que hacer un esfuerzo mayor cada vez que tengan que recordar algo, y también cuando tengan que asimilar información nueva. Por ello, el profesor ha de presentar la información de una determinada manera, para ayudar a este tipo de alumnos en su aprendizaje.

Artiles, C. y Jiménez J.E. (2006) sostienen lo siguiente:

Para compensar esta carencia conviene que el profesorado cuando explique en presencia de un alumno o alumna con TDAH tenga en cuenta lo siguiente (Miranda, Amado, Jarque, 2001: 45):*a) utilizar frases cortas, claras, con construcciones sintácticas sencillas; b) focalizar la atención en los conceptos «claves» proporcionando al estudiante un listado antes de comenzar la explicación; c) presentar la idea principal explícitamente al principio de la explicación; d) instigar estrategias de categorización y de formación de imágenes mentales de los conceptos; e) proporcionar al alumnado un sistema de tutoría por parte de un compañero o compañera que le ayude a revisar los*

*puntos fundamentales de la explicación y, a su vez, le dé la oportunidad al alumno o alumna con TDAH de explicar los conceptos a otro estudiante con más dificultades que él o ella en el aprendizaje.*(P.17)

En matemáticas por ejemplo, es muy bueno utilizar material manipulativo, porque estos alumnos tendrán más dificultades para abstraer conceptos matemáticos. El uso de ábacos para las operaciones, o de cuerpos geométricos para que visualice el número de caras, aristas, etc.

En cuanto a los medios audiovisuales, facilitarán mucho la atención de estos alumnos. Especialmente, en Conocimiento del Medio se pueden utilizar con frecuencia, con todos los recursos que ofrecen las editoriales y la web para la pizarra digital. Cualquier contenido de Historia, Geografía, Ciencias, etc., se puede interiorizar mejor con el uso de imágenes y vídeos. Sabemos que estos alumnos tienen que hacer un mayor esfuerzo que los demás para imaginarse las cosas que no tienen presentes, por eso cualquier cosa que puedan ver acerca de los contenidos que están tratando, les va a ayudar enormemente.

#### *Soluciones para las dificultades en la lectura*

La lectura no es solo un aprendizaje en sí mismo, que pertenece al Área de Lengua Castellana y Literatura, sino que es un medio indispensable para poder acceder a otros aprendizajes. Por eso, si estos niños cometen fallos en la lectura, los cometerán cuando estén inmersos en otras tareas de aprendizaje.

En cuanto a los errores que suelen cometer estos niños en cuanto a la lectura, encontramos los siguientes:

- Omisiones: consiste en omitir una letra, sílaba o palabra cuando se está leyendo.
- Adiciones: añadir letras, sílabas o palabras cuando se está leyendo.
- Sustituciones: cambiar una letra, sílaba o palabra por otra con la que tiene cierto parecido.

Estos niños, también pueden tener problemas para pronunciar lo que se conoce como *sílabas trabadas (tr/br/pr/bl)*. Para solucionar este problema, el maestro puede hacer que se dediquen cada día unos minutos a leer palabras que contengan este tipo de sílabas.

Hemos dicho que la lectura es un medio para acceder a otros aprendizajes. En cualquier ejercicio que se plantee al alumno, en especial en Lengua o en Matemáticas, aparecen **los enunciados** que el alumno debe comprender. Una estrategia que se puede utilizar, es indicar al alumno que rodee los verbos en el enunciado, porque es ahí donde se indican las acciones, lo que le pide. Se recomienda también que estos niños copien siempre el enunciado en el cuaderno, porque así podrán ir interiorizando su contenido a medida que lo escriben. No es recomendable que este tipo de alumnos lleven a cabo ejercicios que contengan enunciados muy largos, porque será difícil que mantengan su nivel de atención durante todo el proceso.

Cuando se está llevando a cabo la lectura como un fin en sí misma, se pueden utilizar estrategias en cuanto al ritmo de la lectura, para favorecer la atención de estos alumnos. Una de esas técnicas, es la utilización del metrónomo. En primer lugar, se puede poner un ritmo más lento, y cada golpe de la aguja puede marcar una sílaba, para pasar después a marcar una palabra, cuando los alumnos estén leyendo. Después, se puede ir incrementando la rapidez del ritmo.

Es importante, cuando los alumnos están leyendo, marcar lo que debe leer cada uno, ya sea un párrafo, una página etc. El profesor debe mantenerse al margen, nunca debe nombrar a los alumnos, sino que ellos han de estar pendientes de cuando les va a tocar leer. De esta manera, estos alumnos con dificultades de atención harán un esfuerzo para centrar su foco atencional en la lectura.

Como ya hemos hablado de la importancia de que los profesores y los padres trabajen unidos por el objetivo común de ayudar a ese niño que presenta este trastorno, el profesor ha de concienciar a los padres de la importancia de que estos niños lean en casa todos los días.

#### *Soluciones para las dificultades de escritura*

Del mismo modo que la lectura, la escritura además de ser un aprendizaje con un fin en sí mismo, también es un medio indispensable para poder llegar a otros aprendizajes. Estos niños, suelen cometer errores al unir palabras, al fragmentarlas, al añadir u omitir letras, al sustituir letras, etc. Es imprescindible que el alumno escriba mucho, y que después lo lea siempre, para atisbar posibles errores que haya podido comentar.

Hay que trabajar la caligrafía, y se pueden utilizar plantillas para que el alumno escriba una serie de palabras varias veces. Se trata de enseñarle a mantener su atención en la escritura, escribiendo despacio y fijándose, y no deprisa y sin reparar en sí lo está haciendo bien o no. La forma de sujetar el lápiz y la postura que tenga sentado en la silla han de ser vigilados y corregidos por el profesor.

### **Estrategias emocionales y afectivas**

En este epígrafe, nos queremos referir a la importancia que tiene ser una especie de maestro-psicólogo. Como ya indicamos en el epígrafe de las consecuencias de padecer un TDAH, muchas veces, la autoestima de estos niños se ve gravemente perjudicada, porque no reciben más que críticas, y acaban pensando que su comportamiento es algo inherente a ellos y que no pueden cambiar. Es por eso, que el maestro ha de tener unas habilidades emocionales, una empatía, una forma cariñosa de tratar al alumno, etc., que permitan a este alumno no caer en ansiedad, depresión, baja autoestima o mal autoconcepto.

“En el momento en que el niño compara la imagen que se ha ido formando de él mismo (referida a cómo se ve física, personal y socialmente) con la imagen ideal de la persona que querría ser es cuando empieza a formarse la autoestima”. (Mena, B.; Nicolau, R.; Salat, L.; Tort. P. y Romero, B., 2006, p. 38)

Si la diferencia entre la imagen que tiene el niño de sí mismo y el ideal es muy grande, la autoestima será baja, si la diferencia es pequeña, la autoestima será alta.

En definitiva, un niño que se compare con otros niños que no padezcan su problema y que reciben constantes aprobaciones y refuerzos positivos por parte de sus padres y de los profesores, verá su autoestima afectada. Aproximadamente el 50% de los niños con TDAH sufre problemas de autoestima. No olvidemos que un problema de autoestima se traduce en un problema de rendimiento, así que también por este motivo debemos procurar mejorarla

El maestro puede seguir estas recomendaciones para mejorar la autoestima en el aula de los niños que padecen este trastorno.

- Concienciarse sobre las dificultades que supone tener un alumno en clase con estas características, e intentar llevarlo con filosofía.

- Es necesario informarse acerca del problema, porque es la única forma de establecer una empatía con el alumno, porque así comprenderá qué le ocurre, y que no lo hace por gusto sino por el trastorno que padece.
- Entender lo que le ocurre y tener más facilidad para comprenderle, le llevará al maestro a valorar más sus logros y sus esfuerzos, y a elogiarle por ello.
- El profesor ha de intentar llevarse bien con el alumno, intentar crear un vínculo emocional. Si lo consigue, si se gana el respeto y la admiración del alumno, éste se esforzará por no decepcionarle. Hemos de tener en cuenta que estos niños reciben muchas críticas y mucha presión del medio, y si topan con un maestro que les demuestra que se preocupa por ellos y confía en ellos, estos alumnos se esforzarán en estar a la altura de la confianza que ha depositado en ellos.
- Es muy importante cuidar el uso de la palabra cuando nos referimos a estos niños. Concretamente, cambiar el verbo “SER” por el “ESTAR”; para que entienda que los fallos no son algo inherente a él, sino algo que si se esfuerza puede cambiar y mejorar, como por ejemplo, en lugar de decirle “eres un desordenado”, se puede decir “tu pupitre está desordenado”. También hay que intentar eliminar el adverbio de negación “NO”. Esas expresiones como “No molestes a los compañeros, no haces los deberes, no te comportes de esa manera...”, pueden intentar decirse de otra manera.
- Hemos dicho que hay que elogiar al alumno por sus logros, en vez de centrarse sólo en reprocharle lo que hace mal. A parte de esto, de no reprocharle por sus acciones de forma privada, es muy importante evitar también que se haga en público. Todo tipo de acusaciones, ridiculizaciones y faltas de respeto hacia el alumno han de evitarse siempre, porque de todas las cosas que indicamos que se han de tener en cuenta para motivar al alumno, esta puede ser la que más daño le haga a nivel moral.
- Por último, no olvidemos que estos alumnos, en especial los que tienen el agravante de la Hiperactividad e Impulsividad, tienen problemas para relacionarse con sus compañeros. Es por eso que el maestro debe cuidar que se potencien actividades que fomenten la integración social de estos niños. Esto se puede hacer a través de trabajos en grupo, juegos diversos, etc.

Mena, B.; Nicolau, R.; Salat, L.; Tort. P. y Romero, B. (2006) sostienen lo siguiente:

1. Acéptalo tal como es. Hazle sentir único, valórale como una persona y no valores solamente sus éxitos y competencias
2. Descubre qué tiene de especial y díselo. Practica la alabanza, teniendo en cuenta sus dificultades y grado de esfuerzo. Verbalizar todos los aspectos positivos de su conducta
3. Cree en él. Ofrécele confianza a tu alumno. Proponle responsabilidades con tu supervisión y ayuda. Puedes empezar ofreciéndole actividades con las que sabes que puede conseguir éxitos fácilmente.
4. Analiza tus mensajes. Éstos se han de convertir en mensajes positivos que le indiquen qué se espera de él (sin olvidar dónde están sus dificultades)
5. Haz uso del lenguaje de la autoestima. Mejora tu comunicación con él. Utiliza un lenguaje positivo y evita acusaciones, ridiculizaciones y comentarios irónicos. (p. 42)

### **Estrategias específicas para controlar y mejorar el comportamiento**

Especialmente en los casos en los que el Trastorno por Déficit de Atención va acompañado de Hiperactividad e Impulsividad, en el aula se vivirán situaciones complicadas derivadas del comportamiento de los alumnos con este trastorno.

Anteriormente, hemos hablado sobre las estrategias en cuanto a crear en el aula un ambiente estructurado, ordenado y predecible. Estas estrategias también sirven para controlar y mejorar el comportamiento, puesto que con ellas se evita que el alumno se distraiga, se favorece que pueda inhibir los estímulos distractores, y se potencia que esté más centrado en sus tareas educativas.

También, en el apartado de estrategias emocionales y en el de estrategias para mejorar el aprendizaje, hablamos de la importancia de no tener por costumbre el castigar ni reforzar negativamente al alumno. El maestro debe reforzar al alumno por sus logros, y debe intentar trabar una relación cordial con él; esto le ayudará a que el alumno se esfuerce en comportarse mejor para no decepcionarle, porque verá en el maestro a una persona que confía en él, a diferencia de muchas personas que no lo hacen.

#### *Establecimiento de normas y límites*

También hemos aludido anteriormente a la necesidad de establecer unas normas. Son clave para controlar la disciplina, la Carta Magna del aula. Es necesario marcar al

alumno lo que puede y no puede hacer, para que no le quepa duda de lo que está mal, y también de las consecuencias que pueden tener sus actos. Estas normas, no deben ser arbitrarias, sino que hay que explicar al alumno el porqué de su establecimiento y aplicación. Si se pide al alumno que no se puede utilizar la pelota dentro de clase, ha de entender que es debido a que se puede romper algo. Se le ha de decir que por eso mismo se ha establecido la norma, y que si no la cumple, se le retirará la pelota de inmediato.

En cuanto al uso del lenguaje, es conveniente poner normas en positivo, evitando los “NOES” de los que ya hemos hablado. Por ejemplo, en vez de decir “no grites” se puede decir “intenta hablar más bajito”.

De acuerdo a Mena, B. et al (2006), no debemos perder de vista tres ejes para fomentar un comportamiento adecuado en el aula:

1. Supervisión constante. Hay comportamientos que, si los atisbamos en su fase inicial, podemos reprimirlos a tiempo antes de que se conviertan en un problema mayor.
2. Tutorías individualizadas de 10 minutos. Estos ratos sirven para hablar con el alumno tranquilamente, además, hemos de tener en cuenta que hay ciertas cosas que no es bueno decírselas delante de los demás. En estas pequeñas reuniones, se informará al alumno sobre sus progresos, sobre su comportamiento y su rendimiento, y sobre las nuevas instrucciones que ha de seguir. Con niños de cierta edad, puede ser una buena herramienta la creación de un contrato entre el profesor y el alumno.
3. Uso de herramientas básicas para el control del comportamiento. De estas y otras herramientas, vamos a hablar a continuación de forma más exhaustiva.

#### *Refuerzo positivo*

Aunque ya hemos comentado sobre este elemento, es importante que quede clara su importancia. El refuerzo positivo es la mejor estrategia de control de conducta, ya que a través de ella podemos mejorar la autoestima del alumno, y podemos enseñarle cuál es el camino a seguir, y las satisfacciones y premios que puede obtener si lo sigue.

“En el condicionamiento operante, el aprendizaje se produce por el fortalecimiento del vínculo entre la respuesta y el refuerzo. Cuando la conducta va seguida de un refuerzo, la probabilidad de repetición de dicha conducta se incrementa” (Navarro y Martín,

2010). Un refuerzo positivo es una recompensa por haber realizado un comportamiento adecuado, para promover que se dé con mayor frecuencia (mantenerse sentado en la silla, hablar bajo, no molestar a los compañeros...).

Hablando de la importancia del refuerzo positivo, queremos dar unos consejos prácticos:

- Cuando se le elogie por su trabajo, es importante especificar qué cosas ha hecho bien. Así, no basta con decir “te has portado bien”, sino “muy bien, has respetado el turno de la fila”.
- Utilizar el refuerzo positivo en el ámbito social, felicitándole delante de los demás, o concediéndole pequeños premios o privilegios. Si hacemos a estos niños encargados en ciertas tareas del aula, le estaremos otorgando responsabilidades, y se tomará más en serio la necesidad de portarse bien.
- En cuanto al uso de la agenda, también puede utilizarse para escribir notas a los padres contando lo bien que se ha comportado el alumno en un día concreto. De esta manera, estamos haciendo uso de un refuerzo positivo transversal, entre la escuela y la familia, y el niño se esforzará por recibir la aprobación del profesor, porque al escribirlo en la agenda, se traducirá en una aprobación y felicitación por parte de sus padres.

#### *La “extinción”*

Es lo que se suele conocer en el condicionamiento operante como el “refuerzo negativo”. Consiste en no dar respuesta al estímulo, ignorarlo, no atender al comportamiento que está realizando el niño para evitar que se repita. Es algo complicado, y es muy probable que ponga a prueba los nervios del profesor, pero ha de intentar no mirar, no escuchar, no contestar, ni siquiera mirar o hacer gestos; en definitiva, actuar como si nada estuviese ocurriendo, ignorar al alumno. Hay que tener en cuenta una serie de aspectos:

- El maestro ha de asegurarse de que los alumnos también ignoran a este niño cuando actúa indebidamente. Si por ejemplo el alumno hace una gracia y los demás se la ríen, le estarán reforzando positivamente y lo seguirá haciendo.
- Al principio de la aplicación de esta estrategia, el comportamiento disruptivo irá en aumento, porque el niño, al ver que no le atienden, aumentará la intensidad de

su conducta buscando llamar la atención de los demás. Es necesario tener paciencia y no regañarle, hay que seguir ignorándole. El proceso puede durar de 3 a 4 semanas hasta que el niño decide desistir.

- Hay que tener cuidado, porque ciertos comportamientos no se pueden ignorar. Si el alumno está llevando a cabo una acción que puede ponerle en peligro a él o a sus compañeros, esta aplicación no debe aplicarse, sino que se ha de neutralizar severamente esa conducta. Estamos hablando, por ejemplo, de si ese niño quiere bajar una escalera subido a una barandilla, etc.
- Con esta estrategia se pretende ignorar estas conductas, no al alumno en sí. Por eso, cuando haya que felicitarle por una buena acción, hay que hacerlo, independientemente de que esta estrategia se esté llevando a cabo.

### *Tiempo fuera*

Esta estrategia consiste en aislar al niño durante un periodo de tiempo en un lugar carente de estímulos que puedan distraer su atención. No se hará de forma arbitraria, sino que el profesor y el alumno llegarán a un acuerdo; en él, el profesor le indicará que cada vez que tenga un comportamiento indebido se pondrá en marcha el “tiempo fuera”, y el alumno tendrá que acudir al lugar que el profesor le indique. Este lugar, puede estar dentro del aula (un rincón, una silla...), o puede incluso estar en otra aula, (se puede mandar al alumno a un aula de otro curso). Después, el profesor indicará al alumno que cuando esté calmado y preparado para volver a su lugar, podrá hacerlo, y retomará la actividad que estuviera realizando. Entonces, el profesor debe actuar como si nada hubiera pasado, sin reprocharle nada. En definitiva, es como un paréntesis y cuando el alumno está preparado para retomar su actividad, lo hará como si nada hubiese sucedido.

### **Estrategias en cuanto a la mejora de su socialización**

Estos niños suelen tener problemas para relacionarse con sus semejantes, y esto es una consecuencia directa de otros factores de los que ya hemos hablado, en especial de las dificultades para mantener un buen comportamiento. En cuanto a la baja autoestima, a la vez es una causa de su mala socialización, porque un niño retraído y triste pondrá menos empeño en relacionarse con los demás; pero a la vez es una consecuencia, porque el hecho de ver que no sabe empatizar y relacionarse bien con los demás, le irá minando más la moral.

De acuerdo a Isabel Orjales (2005), estos niños presentan las siguientes dificultades en cuanto a la relación con sus compañeros:

- Muestra un comportamiento más infantil. No encaja. Estos niños suelen mostrar un comportamiento y unos intereses más inmaduros, sobre todo porque tiene menos capacidad para seguir juegos y reglas.
- Tolera poco la frustración. Se enfada si las cosas no son como él quiere. En las sesiones de tutoría de las que ya hemos hablado, se puede trabajar en la línea de enseñar a los niños a valorar su esfuerzo y a tener paciencia para conseguir sus objetivos.
- Reacciona de forma desproporcionada ante sucesos sin importancia. Se enrabia, contraataca. Estos niños se sienten atacados muchas veces, y aunque no sea su intención, puede reaccionar agresivamente para defenderse. Es raro que muestren una agresión planificada con antelación. En niños con Hiperactividad, la rabia puede durar más tiempo, y en ese caso es mejor ignorar al niño hasta que se le pase. Hay que potenciar la seguridad en sí mismo y mejorar su autoestima, porque estos niños actúan así para defenderse, porque se sienten atacados y despreciados por los demás.
- Se meten con él porque toma medicación y porque lo ven diferente. El maestro, con el consentimiento de los padres, puede hablar al resto de la clase del problema de este alumno con TDAH. Si lo hace, se evitará que se convierta en un tema tabú, en un “problema raro” del que poco se conoce. De esta manera, los demás alumnos verán a este niño con naturalidad, y le aceptarán mejor.

### **Actividades específicas para trabajar la atención**

No son para mejorar la atención como un medio para otros aprendizajes, sino que son actividades en las que la mejora de la atención es un fin en sí mismo. Aquí tenemos que meter todo lo de los ejercicios visuales, relajación... etc.

Con estas actividades, se pretende que el alumno sea capaz de focalizar la atención, es decir, que aprenda a dirigirla a un estímulo determinado; es lo que ya hemos denominado como atención selectiva. Además, es importante que el niño vaya adquiriendo la habilidad de mantener la atención en el tiempo, lo que se denomina atención sostenida.

Con estos ejercicios, se pretende lograr unos objetivos, que resume muy bien E. Manuel García Pérez. García Pérez (1998) sostiene lo siguiente:

1. Lograr que los niños y pre-adolescentes sean capaces de aumentar su capacidad para prestar atención voluntaria y sostenida a un elemento estimular del ambiente, de modo que puedan llevar a cabo una correcta percepción del mismo: análisis, discriminación y generalización de todas sus características, lo que facilita la comprensión y asimilación del elemento y su contexto.
2. Conseguir que los niños y preadolescentes sean capaces de realizar tareas instrumentales y cognitivas de dificultad adecuada a su nivel de desarrollo, con un nivel de calidad aceptable.

Estas actividades, tienen como propósito trabajar la atención en diferentes sentidos. Exigen en primer lugar concentración, y si les resultan atractivas lograrán este objetivo. Se trata de que vayan adquiriendo una resistencia a la fatiga que les produce la dificultad en cuanto a las funciones ejecutivas y la memoria a corto plazo, de lo que ya hemos hablado. Algunas fichas pueden resultar más mecánicas, pero en otras se necesitará de un razonamiento, y también de una memoria a corto plazo, como en las de encontrar la diferencia entre dos figuras (tendrá que recordar la primera para poder compararla con la segunda). Sabemos que estos niños tienen dificultad para percibir y organizar estímulos, y con estas actividades, con nuestra ayuda e instrucciones, también aprenderá a percibir los estímulos ordenadamente; cuando analice un conjunto de elementos para encontrar una letra que se le pide, por ejemplo, le será más fácil si lo hace de izquierda a derecha, o de arriba abajo.

Estos ejercicios pueden ser buenos también para controlar la impulsividad, ya que en algunos en los que tendrá que tachar unas figuras entre otras que se parecen mucho, el alumno habrá de tener cuidado y fijarse con más detenimiento, con paciencia para no equivocarse.

Las fichas de trabajo deberán depender de la edad y nivel de desarrollo del niño. Como hay fichas de diferentes tipologías, es bueno que en cada sesión se mezclen, y que no se dedique una a hacer ejercicios de un mismo tipo. En caso de que este niño no esté matriculado en Religión, esos ratos de Alternativa serían idóneos para trabajar estos ejercicios, que además podrían ponerse con carácter general para todo el grupo-clase, para favorecer así la autoestima del alumno, al ver que no es algo que realiza solo el por

tener un problema. En caso de no disponer de mucho tiempo en el colegio, sería conveniente que el maestro estableciera con los padres unos tiempos para que el niño se dedique a realizarlos en casa.

Es muy importante que el niño comprenda cómo hacer los ejercicios, el maestro debe fijarle claramente las instrucciones a seguir, y asegurarse de que las ha comprendido. Las tareas que se impongan al niño deben resultarle atractivas, y al ser visuales, pueden estar relacionadas, por ejemplo, con personajes de dibujos animados que le gusten, animales, etc.

Para facilitar la autoestima del niño, es necesario establecer criterios en cuanto a los fallos que le está permitido cometer y en cuanto a los refuerzos positivos que va a obtener. Se puede establecer una cartilla en la que el profesor ponga un sello o una calificación buena cada vez que realice una ficha sin fallos. Con respecto al tema de los fallos, hay que establecer un número máximo de fallos, esta es una actividad que hay que calificar como cualquier otro aprendizaje, porque se trata controlar el nivel de consecución y mejora del alumno.

En cuanto al tiempo, se recomienda que no debe exceder los 30 minutos.

En cuanto a los tipos de ejercicios, encontramos de muchos tipos. Vamos a enumerar algunos.

- Asociación visual (asociar o relacionar unos símbolos con otros con los que tienen una relación).
- Percepción de diferencias (encontrar las diferencias entre dos figuras o imágenes aparentemente iguales).
- Integración visual (se presenta al alumno una imagen incompleta y ha de finalizarla).
- Identificación de elementos intrusos (en una imagen se presenta un elemento que no tiene que ver con los otros, se puede trabajar los campos semánticos con estas actividades).
- Discriminación visual (encontrar entre varios elementos, uno igual al que se le propone).
- Falta una figura en la serie (pensar en la figura que falta en una serie dada, y dibujarla).

- Laberintos (el alumno ha de recorrer el camino adecuado para llegar a la meta propuesta).
- Puzles (poner las piezas que faltan en su lugar correspondiente).

En su página web, Martínez, M. y Ciudad-Real, G. proponen gran multitud de ejercicios para trabajar de forma específica la atención, que tienen que ver con los que se han nombrado en este epígrafe. En el **Anexo III** se pueden encontrar algunos ejemplos.

### **Adaptaciones curriculares: significativas y no significativas**

Muchas de las medidas que hemos propuesto para llevar a cabo en el aula se pueden considerar como Adaptaciones No Significativas. Estos niños han de seguir su propio ritmo de aprendizaje, y el maestro debe hacer todos estos cambios para ayudarle.

En cuanto a las Adaptaciones Significativas, no son frecuentes en este tipo de alumnos. En caso de que del TDAH se derive un trastorno muy grave de aprendizaje, de la conducta o a nivel emocional o social, entonces podría ocurrir que la necesitara.

# CONSIDERACIONES FINALES Y CONCLUSIONES

La verdad es que, antes de comenzar este trabajo, tenía una vaga noción de las dificultades de atención, mayormente debido a que hoy en día, en cuanto a trastornos educativos se refiere, parece que es el tema estrella, del que no para de hablarse en los diferentes medios. En primer lugar, quise estudiar lo que es la atención, sin entrar en las dificultades, y comprendí bien en qué consiste, ya que todos sabemos intuitivamente lo que es, pero es complicado darle una definición más científica, como decía en uno de los libros que leí. La atención es un mecanismo indispensable para captar información del medio y, por tanto, clave para el aprendizaje.

En cuanto a las Dificultades Atencionales, encontramos el Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad. Es importante matizar este “con o sin”, porque este matiz da lugar a situaciones muy diferentes. He comprendido, que hay muchos niños que padecen Trastorno por Déficit de Atención sin Hiperactividad, y que en ellos, precisamente por esto, se manifiesta de forma más discreta, ya que los síntomas son menos aparentes. Por ello, en estos casos, habrá que prestar una mayor atención a estos alumnos, y no dejar pasar los años sin hacer un diagnóstico y aplicar unas medidas.

También se me planteó desde el primer momento, que muchos niños padecen Dificultades Atencionales, pero de forma totalmente diferente, ya que son niños que no padecen un TDAH. Estoy hablando de aquellos niños que, por diferentes circunstancias del medio que los rodea, manifiestan dificultades de atención, aunque a nivel neurológico no tienen ningún problema y, por tanto, no necesitan medicación. Son todos aquellos niños que viven situaciones que les provocan ansiedad, depresión, preocupación, miedo, angustia, agobio... Las causas pueden ser: un hogar desestructurado, que han sufrido la separación de sus padres, que han padecido de maltrato verbal o físico por parte de sus compañeros o de su familia, que reciben mucha presión por parte de los padres en lo que se refiere a su rendimiento académico, y que acaba siendo contraproducente, etc. El maestro ha de estar muy alerta en estos casos, y en contacto con los servicios sociales.

Una vez pude conocer e investigar acerca de la Atención y las Dificultades Atencionales, pasé a la parte más sustancial de mi trabajo, que está también reflejada en

el título, la respuesta educativa en el aula a estas necesidades. Las conclusiones a las que he llegado, van en la línea que ya traía cuando comencé, y es que el maestro tiene por delante una tarea muy importante (más de lo que se piensa), en cuanto a la detección y la aplicación de unas soluciones en el aula a estos problemas atencionales. Nosotros no somos médicos, ni tampoco psicólogos o pedagogos, y no nos corresponde poner en marcha un tratamiento farmacológico, ni tampoco psicopedagógico, para tratar y ayudar a estos alumnos. Sin embargo, sí que podemos intervenir de forma muy activa, para ser parte de la solución al problema. Como maestros, vamos a ser los que en el centro pasemos más horas a la semana con el alumno, porque trabajamos en la primera línea, en el aula. Como digo, nosotros no somos expertos en medicina, ni tampoco en tratamientos psicopedagógicos, pero sí que podemos intervenir directamente para ayudar a estos alumnos. Podemos establecer una serie de estrategias, para ayudar al alumno en diferentes frentes: modificando el entorno físico del aula para evitar distracciones, aplicando estrategias para ayudarlo en su aprendizaje, controlando que su problema no le afecte a su vida personal, a las relaciones con sus compañeros, a su autoestima y motivación, vigilando y poniendo medidas a su mal comportamiento si lo hubiere, etc. Por eso mismo, la línea de mi trabajo, en las diferentes Guías prácticas, libros y artículos que he consultado, ha ido en compendiar una serie de estrategias prácticas, para como maestro, poder dar una respuesta práctica en el aula a estos alumnos, teniendo en cuenta todos estos frentes que nos vamos a encontrar, y que ya he nombrado.

Precisamente por el enfoque que le he dado al trabajo, pienso que el día de mañana podrá llegar a tener un alcance mayor, cuando se me presente en el aula algún caso que tenga que ver con las Dificultades Atencionales y el TDAH. El papel del maestro es esencial, como hemos dicho, no solo en la puesta en práctica de unas estrategias para ayudar al alumno, sino también en el diagnóstico. Es cierto que quien lo dirige es el Orientador, en colaboración con el médico y otros especialistas, pero estos especialistas pedirán información al maestro (a nosotros) acerca de diferentes aspectos que, al ser nosotros los que más tiempo pasamos con él, mejor podremos informar sobre ellos. Estoy hablando de cuál es su nivel de aprendizaje, cómo se relaciona con los demás, cuál es su nivel de competencia curricular, los diferentes problemas que presenta, etc.

También he comprendido con este trabajo que, independientemente del problema que surja, es necesario un tratamiento multidisciplinar, y que todas las partes implicadas

hagan un esfuerzo, por aunar sus fuerzas para ayudar a estos alumnos. Por ello, será imperativo que los padres y los profesores estén en contacto permanente, y que los profesores estén coordinados en el centro con el Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica. Solo así, dejando las diferencias a un lado y trabajando juntos, desde una visión multidisciplinar, conseguiremos ayudar a estos alumnos para que, dentro de sus limitaciones, puedan desarrollar al máximo sus capacidades, intelectuales, personales y sociales.

A nivel general, me gustaría hacer otra valoración acerca del Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad. Ahora, muchas personas se empeñan en decir que no es más que una moda, y que realmente, muchos de los casos que se diagnostican, realmente no les corresponde este trastorno. En primer lugar, pienso que si antes se diagnosticaban menos, era porque no se disponía de los profesionales y los medios que hay ahora, y se prestaba mucha menos atención a todos estos problemas. También, se ha de considerar que el *modus vivendi* de nuestra sociedad postmoderna, no ayuda demasiado a mantener la atención. Vivimos en un mundo ajetreado, donde se pide a los niños alcanzar gran cantidad de objetivos, privándoles muchas veces de la tranquilidad y el descanso que necesitan. Estoy hablando de todas las actividades extraescolares, que no les dejan ni un minuto de respiro, y también de toda la presión recibida por parte del hogar, para obtener buenas calificaciones, presión que en muchas ocasiones puede tener un efecto contraproducente. Si a esto le sumamos que los modelos tradicionales de hogar y de familia están en decadencia, es muy complicado que el grado de atención se mantenga en los mismos niveles. Si no se establece en el hogar un orden, una disciplina, unos horarios, y si los progenitores no cumplen con el ejemplo, van a aparecer esta clase de problemas. Las familias y los hogares en las que las normas están poco claras, no hay ni orden ni limpieza, se expone a los niños a un montón de estímulos sonoros y auditivos (ordenador, televisión, consola), sin ningún tipo de orden ni horario, van a dificultar mucho la atención de estos niños. Es por todo ello que, efectivamente, no pienso que esto de las Dificultades de Atención y el TDAH sea un mito o una moda, sino que más bien, es una realidad.

## BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

Artiles, C. y Jiménez J.E. (2006). *Programas de Innovación Educativa. Programa para la atención educativa del alumnado con TDAH*. Las Palmas de Gran Canaria: Consejería de Educación, cultura y deportes del Gobierno de Canarias.

Banús, Sergi. *T.D.A.H.*

<http://www.psicodiagnosisis.es/areaclinica/trastornosdeconducta/trastornodeficitatencionconhiperactividad/default.php#04f9119aee0d3c816> (Consulta: 2 de junio de 2013).

Boujón, Ch; Quaireau Ch. (1999). *Atención, Aprendizaje y Rendimiento Escolar*. Madrid: Narcea.

Campo, M. E. del (2002). (Ed.) Volumen I y II. *Dificultades de Aprendizaje e Intervención Psicopedagógica (Teoría)*. Madrid: Editorial Sanz y Torres.

Consejería de Educación, Ciencia y Tecnología de Extremadura. *Guía para la Atención Educativa del Alumnado con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad*.

<http://recursos.educarex.es/pdf/recursos-diversidad-DGCEE/guiadefhiper.pdf>

(Consulta: 2 de junio de 2013).

Díaz, J. *Programa integral de evaluación y tratamiento del TDAH y trastornos relacionados*.

<http://www.paidopsiquiatria.com/TDAH/> (Consulta: 30 de mayo de 2013)

Ferré, J. (1999). *Los trastornos de la atención y la hiperactividad. Diagnóstico y tratamiento neurofuncional y causal*. Barcelona: Ediciones Lebón.

Fundación CADAH. *Comorbilidad T.D.A.H.*

<http://www.fundacioncadah.org/web/categoria/tdah-comorbilidad-trastornos-asociados.html> (Consulta: 1 de junio de 2013).

Fundación Sant Joan de Déu. (2010). *Guía de Práctica Clínica sobre el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) en Niños y Adolescentes*. B Barcelona: Ministerio de Ciencia e Innovación.

García Pérez, E. M. *ENFÓCATE. Programa de entrenamiento en focalización de la atención.*

[http://www.espaciologopedico.com/tienda/detalle?Id\\_articulo=994](http://www.espaciologopedico.com/tienda/detalle?Id_articulo=994) (Consulta: 15 de junio de 2013)

Láez, M.C.; Requejo, M.; Silvano; J.J.; Velasco, M.C. *Protocolo de Coordinación del trastorno por déficit de atención e hiperactividad.*

<http://www.educa.jcyl.es/es/temas/atencion-diversidad/protocolo-coordinacion-trastorno-deficit-atencion-hiperacti> (Consulta: 22 de mayo de 2013)

Martínez, M. y Ciudad-Real, G. *Fichas para trabajar la atención*

<http://www.orientacionandujar.es/category/atencion/page/2/> (Consulta: 10 de junio de 2013)

Martínez, A. *Padres e hijos tras el divorcio. Algunas orientaciones.*

[http://www.clinicajuandeborbon.com/infopadres\\_2\\_divorcio.pdf](http://www.clinicajuandeborbon.com/infopadres_2_divorcio.pdf) (Consulta: 12 de junio de 2013).

Mena, B.; Nicolau, R.; Salat, L.; Tort, P. y Romero, B. (2006). *Guía Práctica para educadores. El alumno con TDAH. Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad.* Barcelona: Ediciones Mayo.

Navarro, J.L. y Martín, C. (2010). *Psicología de la educación para docentes.* Madrid: Ediciones Pirámide.

Orjales, I. (1998) *Déficit de atención con hiperactividad. Manual para padres y educadores.* Madrid: Cepe.

Orjales, I. *Trastorno por déficit de atención/hiperactividad. Estrategias para la mejora de la conducta y el rendimiento escolar en el niño con TDAH en el aula.*

[http://hpbop.pbworks.com/f/Guia\\_TDAH\\_3\\_Orjales.pdf](http://hpbop.pbworks.com/f/Guia_TDAH_3_Orjales.pdf) (Consulta: 10 de junio de 2013)

Pistoia, M; Abad-Mas, L; Etchepareborda, M.C. *Abordaje psicopedagógico del trastorno por déficit de atención con hiperactividad con el modelo de entrenamiento de las funciones ejecutivas.*

<http://www.lafun.com.ar/PDF/19-abordaje.pdf.pdf> (Consulta: 31 de mayo de 2013).

Roselló, J. (1998). *Psicología de la Atención. Introducción al estudio del mecanismo atencional.* Madrid: Pirámide.

Shire Pharmaceuticals Ibérica. *Tdahytu.es Materiales descargables.*

<http://www.tdahytu.es/materiales-descargables/> (Consulta: 10 de junio de 2013).

STILL, Asociación balear de padres de niños con TDAH. (2010). *Guía práctica con recomendaciones de actuación para los centros educativos en los casos de alumnos con TDAH.* Palma de Mallorca: Asociación STILL.

**ANEXO I. Cuestionario para padres, madres y profesorado (Díaz y Jiménez, 2006)**

**ANEXO II. Protocolo de observación del alumnado con T.D.A.H.  
(Consejería de Educación, Ciencia y Tecnología de Extremadura).**

**ANEXO III. Actividades para trabajar la atención. De la web,  
Martínez, M. y Ciudad-Real, G**