

HealthyActions

Achieving Your Goals for Healthy Living



Hablar con su médico sobre el TDAH

Si piensa que su hijo puede tener TDAH, consulte a un médico. El TDAH se descubre normalmente durante la etapa preescolar de los niños.¹

El trastorno de déficit atencional con hiperactividad (TDAH) es uno de los trastornos mentales más comunes que se presentan en niños.¹ Los niños con TDAH:

- Pueden tener problemas para prestar atención.
- Pueden ser más activos que otros niños de su edad.

Hable con el médico de su hijo sobre el mejor tratamiento para un niño que tiene TDAH. Puede ser difícil decidir qué tratamiento es mejor. Aprenda tanto como pueda sobre la enfermedad. Transfórmese en el campeón de su hijo. Ningún tratamiento único es la respuesta para cada niño:²

- Su médico puede sugerir que su hijo vea a un orientador o terapeuta para ayudarlo a cambiar su comportamiento.²
- Es útil para los padres o la familia ver a un terapeuta o inscribirse en un grupo de apoyo. De esa manera, los padres y las familias pueden aprender nuevas formas de trabajar con sus hijos.²
- Trabaje con su hijo y establezca reglas para ayudarlo a organizar sus actividades diarias. Un niño con TDAH necesita reglas que pueda comprender y seguir. A continuación mencionamos algunas cosas que puede hacer:²
 - Haga un programa. Siga una rutina diaria que incluya tiempo para hacer tareas y para jugar.
 - Organice los artículos diarios. Siempre ponga la ropa, los materiales para la escuela y otros artículos en el mismo lugar.
 - Haga listas de las tareas y los libros que su hijo debe llevar a casa.
- El médico puede sugerir un medicamento que puede ayudar a su hijo.

Para algunos niños, el tratamiento y los medicamentos juntos podrían funcionar mejor. Un medicamento podría funcionar mejor que otro.³ Algunos padres eligen el tratamiento solo. El tratamiento dependerá de los antecedentes, las necesidades y otros problemas de salud de su hijo.



Hablar con su médico sobre el TDAH

Esté atento de los efectos secundarios

Es recomendable que esté atento a los efectos secundarios de los medicamentos para el TDAH de su hijo. Dosis altas del medicamento causarán más efectos secundarios.² Algunos efectos secundarios comunes son:

- menos apetito;²
- problemas para dormir;²
- nerviosismo;⁵
- mayor irritabilidad;²
- dolor de estómago leve;²
- dolor de cabeza leve.²

Seguimiento después de que se receta el medicamento

Es posible que su médico piense que tomar medicamentos para el TDAH puede ayudar a su hijo. Usted y el médico trabajarán juntos para asegurarse de que los medicamentos para el TDAH estén funcionando bien. Debe llevar a su hijo a las visitas de seguimiento. También es importante que su hijo siga yendo a terapia. Una vez que a su hijo le esté funcionando bien el medicamento para el TDAH, debe ir al médico para seguimientos cada 3 a 6 meses.⁴

Comentarios

El médico de su hijo deseará verificar cómo está funcionando el medicamento para el TDAH. El médico podría darle una lista de control junto con una lista de comportamientos. También podría darle una lista de control para el maestro de su hijo. En la lista puede dar puntajes a los diferentes tipos de comportamiento. Su médico puede compararlos con la lista que llenó durante una de sus primeras visitas. De esta manera su médico puede ver si el medicamento para el TDAH está ayudando a su hijo.⁵

Convertirse en un adolescente con TDAH

Cuando su hijo comience la escuela media o secundaria, es un buen momento para que visite al médico.² Hay cambios hormonales en el organismo de su hijo durante este período. El médico de su hijo puede asegurarse de que el tratamiento para el TDAH en el que está su hijo sigue siendo la mejor opción.

Parte de un equipo

Considérese parte de un equipo. El equipo de su hijo incluye:

- Los padres.
- Los abuelos.
- Las hermanas y los hermanos.
- Los maestros.
- Los orientadores.
- Los médicos.

Asegúrese de reunirse con el maestro de su hijo con frecuencia para ver cómo le está yendo a éste en la escuela. Elogie a su hijo por los buenos esfuerzos y por terminar pequeñas tareas.

Referencias

1. National Institute of Mental Health [Instituto Nacional de Salud Mental]. The Numbers Count: Mental Disorders in America [Los números cuentan: Trastornos mentales en Estados Unidos (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.nimh.nih.gov/publicat/numbers.cfm>
2. National Institute of Mental Health [Instituto Nacional de Salud Mental]. Attention Deficit Hyperactivity Disorder [Trastorno de déficit atencional con hiperactividad (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.nimh.nih.gov/publicat/NIMHadhdpub.pdf>
3. LDOnline. Treatment of ADHD [Tratamiento del TDAH (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.ldonline.org/adhdbasics/treatment>
4. National Quality Measures Clearinghouse [Centro de Intercambio de Información Nacional de las Mediciones de la Calidad]. Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) [Trastorno de déficit atencional con hiperactividad (TDAH) (Solamente disponible en inglés)]. http://www.qualitymeasures.ahrq.gov/summary/summary.aspx?ss=1&doc_id=8154&string=2207
5. CNN/Mayo Clinic. Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) [Trastorno de déficit atencional con hiperactividad (TDAH) (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.cnn.com/HEALTH/library/DS/00275.html>