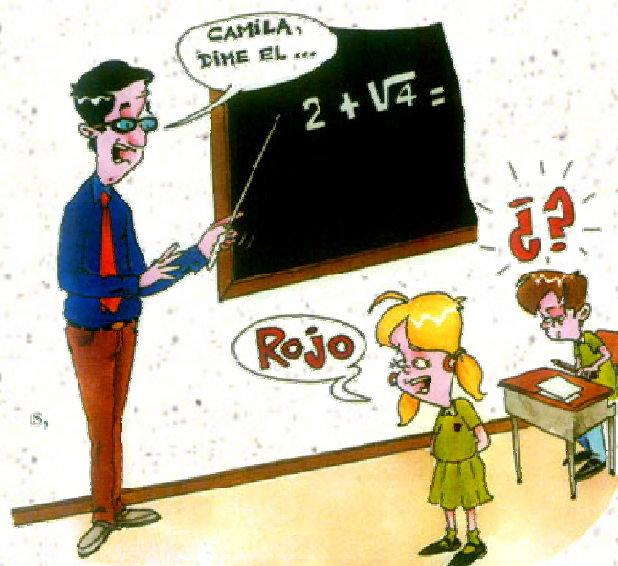


# ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN EL AULA PARA ALUMN@S CON TDAH



ACODAH

Asociación Cordobesa del Déficit de  
Atención e Hiperactividad





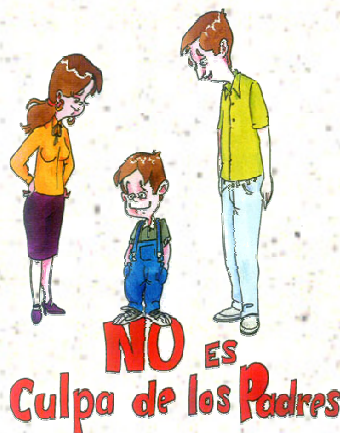
# ¿Qué es el TDAH?

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, es un trastorno de origen neurológico provocado por un desequilibrio de algunos de los neurotransmisores del cerebro. Se estima que lo padece aproximadamente el 5% de la población infantil-juvenil, con mayor incidencia en niños que en niñas. Sus síntomas suelen manifestarse antes de los 7 años.

El niño o niña con TDAH, tiene una gran dificultad o incapacidad para prestar atención y concentrarse, presenta un nivel de actividad superior a la de l@s niñ@s de su edad y suele ser muy impulsiv@.

Estas conductas se manifiestan en al menos dos ambientes de su vida (casa, colegio, en la calle, etc).

Las dificultades que presenta el/la niñ@ con TDAH les ocasionan problemas escolares, tanto de rendimiento, como sociales y de integración que, si no son tratados adecuadamente pueden llevarle al abandono escolar, inadaptación social y desajuste emocional.





# Síntomas del TDAH

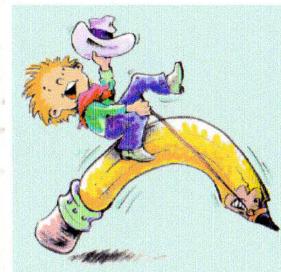
Para ser diagnosticado con TDA/H, los/as niños/as deben exhibir seis de los síntomas en alguna o ambas categorías "A" y "B"

## A. Inatención:

- No logra prestar atención a los detalles o comete errores por descuido en sus tareas escolares, el trabajo u otras actividades
- Tiene dificultad para mantener la atención a las tareas o juegos
- Parece no estar escuchando cuando se le habla directamente
- No sigue instrucciones y no termina las tareas escolares u obligaciones
- Tiene dificultad para organizar las tareas y actividades
- Evita, no le gusta o no quiere participar en actividades que requieren esfuerzo mental por tiempo largo
- Pierde los útiles necesarios para completar las tareas o actividades tales como los juguetes, los lápices, libros, o herramientas.
- Se distrae fácilmente
- Es olvidadizo durante las actividades diarias

## B. Hiperactividad

- Está inquieto con las manos o los pies, o se mueve demasiado mientras está sentado
- Se va de la silla en la clase o en otras situaciones donde se espera que permanezca sentado
- Corre o salta excesivamente en situaciones donde es inapropiado
- Tiene dificultad para incluirse calladamente en juegos o pasatiempos
- A menudo está en actividad o actúa como si estuviera impulsado por un motor
- Habla excesivamente



## Impulsividad

- Contesta precipitadamente antes de haber terminado la pregunta
- Tiene dificultad para esperar en fila o para guardar turno
- Interrumpe o se entromete en lo que otros están haciendo.



# TÍPOS de TDAH



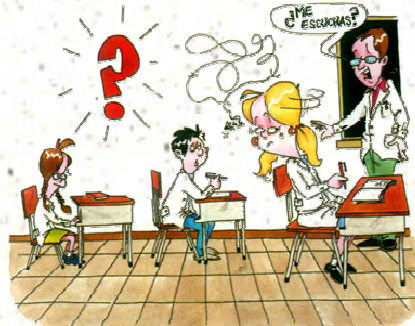
TDAH en el que predominan los síntomas de hiperactividad e impulsividad.



TDAH en el que predominan los síntomas de inatención

## Combinado

TDAH en el que los/as niños/as presentan síntomas de ambos. Este es el tipo más común.



*"Todos los hiperactivos, ya sean niños o niñas tienen que enfrentarse a un mayor número de fracasos que los niños sin el trastorno: cometen más errores, les cuesta más seguir la clase, organizarse, controlar sus rabietas, etc. Esta frustración constante es vivida por cada niño de forma diferente"*

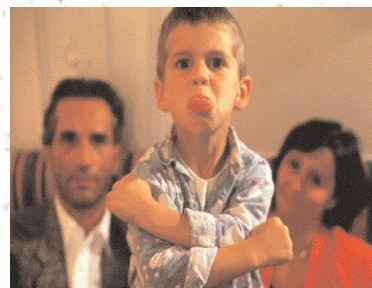
Isabel Orjales



## Áreas de intervención

Las necesidades de cada niño/a son específicas y van a requerir una atención adaptada a sus características, pero en general suelen tener dificultades en:

- Competencia curricular (En general, tienen buena capacidad intelectual pero un bajo rendimiento académico)
  - Comprensión y fluidez lectora
  - Cálculo matemático y resolución de problemas
  - Escritura, ortografía y coordinación
  - Planificación y organización (tiempo, trabajo, orden, etc.)
  - Seguimiento de instrucciones y motivación
  - Percepción y estructuración espacial y temporal
- Dificultades cognitivas
  - Dependencia de campo (no distingue entre estímulos relevantes e irrelevantes)
  - Atención y concentración continuada
  - Procesamiento de la información superficial que le ocasiona problemas de memoria a corto plazo
- Dificultades socio-emocionales
  - Baja tolerancia a la frustración
  - Baja autoestima
  - Sentimientos depresivos
  - Inmadurez
  - Control conductual y emocional
  - Habilidades y relaciones sociales
- Otras, específicas de cada niño/a debidas o no al TDAH.





## Técnicas de intervención

En la atención con niñ@s/as con TDAH suelen ser efectivas las técnicas derivadas de la psicología cognitivo-conductual:

- Refuerzo positivo (Puntos, reconocimiento social y tiempo de atención de los adultos por su buen comportamiento)
- Tiempo fuera y práctica positiva
- Reprimenda (breve, inmediata, aislada y con algún refuerzo positivo)
- Coste de refuerzo (puntos que se conservan o pierden según su conducta)
- Contratos conductuales
- Autoevaluación de la conducta y atribución adecuada de las consecuencias de éxitos y fracasos
- Entrenamiento en autoinstrucciones
- Entrenamiento en solución de problemas y habilidades sociales
- Técnicas de relajación
- MUCHA, MUCHA PACIENCIA





## Pautas previas para enfocar el trabajo en clase

- Plantear las normas de clase para tod@s l@s alumn@s
- Evitar situaciones que el/la niñ@ con TDAH no puede controlar (ej. excesivo tiempo en fila, objetos con los que puede jugar y distraerse en clase)
- Retirar la atención ante malas conductas cuando se producen con mucha frecuencia y reforzar las positivas
- Comenzar modificando las conductas menos difíciles y/o dividiéndola en pequeños pasos que puedan ser reforzados al conseguirlos.
- Utilizar el mayor número de aproximaciones al problema (ej. Para que termine el trabajo, acercarlo a la mesa del/la profes@r, reforzarlo si la termina, adaptar la exigencia de la tarea, orientarle el trabajo, etc.)
- Programar un sistema de registro para que el/la niñ@ compruebe que va mejorando
- Evitar las situaciones de competición en clase.
- Potenciar la tutoría individualizada y el acercamiento personal y afectivo al/la niñ@. (facilita el cumplimiento de los compromisos)
- Establecer un sistema de comunicación diaria con la familia (Agenda). Intentar utilizarla siempre desde lo positivo
- Adaptaciones curriculares no significativas (metodología, evaluación, nivel de exigencias, etc.)
- Coordinación y colaboración continua con la familia

## Estrategias de intervención

Las estrategias que se presentan hacen referencia a áreas en las que l@s niñ@s con TDAH van a tener alguna dificultad (concentración en clase, estructuración y organización del trabajo, conducta en clase, impulsividad, realización de exámenes, autoestima etc.). Estas estrategias tendrán que adaptarse a la edad de cada niñ@.





## Condiciones que facilitan la concentración en clase

- Preparar un pupitre aislado cuando la actividad requiera más concentración y que pueda utilizar voluntariamente cuando lo necesite.
- Sentar al/la niñ@ cerca del/la profes@r y/o la pizarra.
- Controlar su trabajo y atención de forma indirecta (pasando por las mesas, tocando la cabeza o espalda, haciendo un gesto o sonrisa, etc).
- Preparar un lugar donde pueda colocar los objetos con los que se distrae y que posteriormente pueda coger
- Dar instrucciones concretas y cortas sobre la tarea provocando contacto ocular y cercanía física.
- Permitir al/la niñ@ moverse cuando ha permanecido un tiempo razonable en su silla y consideramos que necesita moverse
- Dejar que encima de la mesa tenga solo el material necesario (ej el estuche puede utilizarlo para jugar)
- Tener en clase pasatiempos, juegos u otras actividades para l@s alumn@s que terminen antes y así motivar a l@s más lent@s
- Adaptar las tareas a su capacidad de atención y tolerancia, porque se cansan pronto con el trabajo intelectual (plantear menos tareas o más cortas, no exigir copiar enunciados, reforzarlo/a cuando haya terminado una parte, etc.)
- Si se utiliza el reforzamiento con puntos, colocar el autorregistro en un lugar que le permita levantarse y moverse.
- Intentar reforzar toda la conducta positiva que el/la niñ@ realice.
- Ante los exámenes:
  - utiliza el pupitre aislado
  - Adecua el número de preguntas a su capacidad de concentración
  - Procura entregar las preguntas fotocopiadas.
  - utiliza estrategias para centrar su atención en la tarea (explica las preguntas, supervisa su ejecución, ayúdale a pensar y guiar su pensamiento, etc.
  - utiliza diferentes formas de evaluar (exámenes, preguntas orales, trabajos o actividades extras, etc.)



## Mejorar la motivación hacia el trabajo

- Tutorías individualizadas cortas, para aclarar al/la niñ@ que se espera de él/ella, señales que se pueden pactar para mejorar su concentración, rendimiento y conducta, y comentar situaciones ocurridas.
- Reforzamientos con puntos o contratos sobre el trabajo que tiene que realizar y lo que puede conseguir (ej. Se puede plantear en cada trimestre)
- Explicar la materia de manera estructurada y dinámica, haciéndole preguntas, mirarle y acercarse a su sitio, acercar el tema a la vida, etc.
- Animar al uso de la agenda supervisarle y reforzarle por su uso
- Trabajar las técnicas de trabajo intelectual en clase (lugar de estudio, planificación, subrayado, resúmenes, preparación de exámenes, etc.)

## Mejorar la conducta y la impulsividad

- Tutorías individualizadas y tutorías grupales para creación y valoración de normas (claras y concretas), comentar situaciones, etc.
- Supervisión constante sin que sea el centro de atención de la clase (pasar por su lado, mirarle, práctica positiva ante conductas inadecuadas, etc.)
- Elogiar las conductas positivas a través de premios o refuerzo social (conductas muy concretas y de forma sincera). El/la niñ@ puede llevar un autorregistro.
- Ignorar conductas concretas como ruiditos, etc., siempre que sea posible.
- Anticipar lo que pueden ser situaciones problemáticas (salidas, actividades imprevistas, etc.)
- Utilizar el castigo solo para situaciones muy graves (ej desafíos constantes). Después siempre tutoría individual.
- Preparar en la clase pupitres aislados "lugares para trabajar tranquilo/a"
- Sentarle con un/a compañero/a que presente buen comportamiento
- Si molesta continuamente utilizar tiempo fuera (ej. preparar un lugar en el que se pueda sentar solo/a y darle una consigna "únete a tu compañero@ cuando creas que podrás trabajar en silencio")



## Mejorar la autoestima y la integración

- Tutorías grupales para trabajar el conocimiento de l@s alumn@s, el trabajo cooperativo, actividades que fomenten la integración social y el compañerismo, técnicas de solución de conflictos, entrenamiento en habilidades sociales, etc.
- Darle responsabilidades en clase (repartir material, hacer recados, ordenar la clase, etc.)
- Modificar el lenguaje para evitar los "NO", las acusaciones, ridiculizaciones y faltas de respeto.
- Reforzar continuamente los esfuerzos que realiza por superar sus dificultades.
- Crear situaciones de confianza con el/la alumn@, mejorando la comunicación.

## Ayudar en las dificultades de aprendizaje

### Dificultades en la lectura

- Dedicar un tiempo a la lectura de fichas con palabras, frases y pequeños textos
- Entrenar al/la niñ@ a encontrar las palabras importantes de los textos y que ayudan a comprenderlo.
- Utilizar textos motivantes para practicar la lectura individual o grupal
- Utilizar el cartón señalador para no perder la lectura.
- Practicar en clase técnicas de lectura rápida.

### Dificultades en la escritura

- Realizar caligrafías sobre los errores y dictados
- Realizar actividades de deletreo
- Plantear crucigramas y otros juegos de palabras.
- Diseñar actividades con el diccionario.
- Trabajar con las palabras con las que suele cometer faltas.



## Dificultades en las matemáticas

- Entrenamiento en autoinstrucciones para enfrentarse a las actividades
- Estrategias de solución de los problemas (subrayar los datos, redondear la palabra clave, identificar la operación)
- Enseñar estrategias para identificar la operación (sumar-poner, restar-quitár, multiplicar- poner muchas veces y dividir-repartir)
- utilizar elementos manipulables para comprender mejor los contenidos
- Al practicar las operaciones no plantear muchas al mismo tiempo (combinar el tipo de actividades).



## Bibliografía de apoyo

- Guía práctica para educadores. El alumno con TDAH. Fundación ADANA ( se puede descargar de [www.f-adana.org](http://www.f-adana.org))
- Orjales, Isabel y Polaina Lorente, Aquilino. Programas de intervención cognitivo-conductural para niños con déficit de atención con hiperactividad. Editorial CEPE
- Orjales, Isabel. Déficit de atención con hiperactividad. Manual para padres y educadores. Editorial CEPE





**ACODAH**

Asociación Cordobesa del Déficit de  
Atención e Hiperactividad

**Avda. de la Alameda, 1 escalera 2, 3º- 4  
Córdoba**

**<http://personales.ya.com/acodah/>**

**E-mail: [acodah@gmail.com](mailto:acodah@gmail.com)**

**ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN  
EL AULA PARA ALUMN@S CON TDAH**

*Coordinación: Carmen Palma Contreras*