

II CONGRESO NACIONAL DE TDAH 2008

Dr. Russell Barkley

“ EI TDAH COMO TRASTORNO DE LAS FUNCIONES EJECUTIVAS:
APLICACIONES PARA SU MANEJO EN EL AULA”

Compartiendo con Barkley el interés de profesionalizar al adulto que acompaña al niño con TDAH recopilamos en este artículo parte de las instrucciones más relevantes con las que nos instruyó en el congreso celebrado en MADRID el 26 de Enero de 2008.

El doctor Barkley retornó a los ya clásicos conceptos cuando hablamos de TDAH: de Inhibición, Autocontrol y Sistema ejecutivo. Nos recordó las 4 capacidades ejecutivas que en estos niños están dañadas:

Memoria de Trabajo No verbal: Son las imágenes visuales del pasado que utilizamos en nuestra mente para guiarnos. Desarrollo entre los 3 meses y los 10 años. Es el mirar hacia atrás. “El ojo de la mente”

Memoria de Trabajo Verbal: Hablarnos a nosotros mismos en la mente. “La voz de la mente”

De 9 a 12 años, se inhibe el sistema periférico muscular, voz totalmente privada

Auto motivación: Manejo de las emociones “ El corazón de la mente”

Resolución de problemas: Desarrollo de posibles soluciones “El terreno de juego de la mente”.

El desarrollo evolutivo de estas funciones está alterado, el desarrollo del niño con tdah va encontrando diferentes obstáculos: a los 3 años no se utilizan las imágenes, a los 5 años se desarrolla el sentido del tiempo y ellos no son capaces de controlarlo, con 7 años no pueden controlarse a sí mismos, con 9 no pueden auto motivarse y con 12 no pueden planificar.

Pero el eje de su exposición fue la INTERVENCIÓN:

Por un lado, a modo general en el tratamiento de la “**DISCAPACIDAD EJECUTIVA**”:

1. Memoria de Trabajo: no pueden retener en su mente las cosas, para ello hay que hacerlo físico, crear listas, tarjetas, gráficas que les de una clave para recordar. Se habla de **externalizar la información (que sea externa y física)**.
2. Hacer el **tiempo físico**: utilizar una grabadora, reloj de bolsillo que vibra.
3. Desglosar el futuro en **pequeños pasos**: Porque ellos no pueden verlo, por ejemplo leer y tomar notas a la vez.
4. **Externalizar la motivación**: pequeños premios, sistema de puntos, tangibles, siempre ha de haber unas consecuencias inmediatas.
5. Permitir la **manipulación externa** de la resolución de problemas, de la mente a sus manos. Por ejemplo con las matemáticas, en lo verbal, conjunto de tarjetas para cada idea.



Por otro lado en la intervención EN EL AULA otorgando a los maestros y adultos el poder y la responsabilidad de la mejora de estos niños.

Recogemos aquí gran parte de sus aportaciones con el deseo que puedan seros de utilidad:

INTERVENCIÓN EN LA ESCUELA

Barkley 2008

- **Profesor Especializado en TDAH** con dos responsabilidades: 1.- Para hablar con los padres de todos los niños tDAH en la escuela. 2.- Para hacer recomendaciones a los profesores.
- No hay que retenerlos, se manifiesta en contra de que estos niños repitan. Quienes se apoyan en esto es porque se basan en el desarrollo inmaduro de estos niños, pero no es así. Un estudio en Montreal donde fueron seguidos niños con 12 años, encuentra que no hay beneficios en repetir y sin embargo causa varios daños: más agresivos, más depresiones y más retraídos, disminuye su círculo social, baja la motivación por aprender, aumenta el problema de abandono de la escuela.
- Los maestros han de centrarse en las dos primeras semanas de la escuela en la **GESTIÓN DE LA CONDUCTA**. Si no se consigue, estarán apagando incendios el resto del año. Para ello, más observación, establecer reglas y consecuencias.
- Cambiar la demanda para el niños TDAH: Reduciendo la duración de la tarea (dar menos) o desglosarlo (dar lo mismo pero poco a poco, encajándolo en su pauta de atención). Establecer más pausas y más refuerzos.
- Algunos pupitres en la primera fila lo más cerca del profesor.
- Puntuar el trabajo realizado, no la exactitud. Mandar para casa si no se acaban no es una solución, porque el punto de rendimiento está dentro de clase-no en casa.
- En las tareas para casa: Mandar una lista a los padres con antelación para que éstos puedan organizar la vida familiar. No nos sorprendan cada día.
- Los deberes no tiene ningún valor en primaria (según los estudios) por tanto recortar el número de deberes. Son importantes al finalizar el colegio pero hay que establecer un máximo de 1h. a 1'30 min. , cualquier tiempo mayor es improductivo.
- Según la asociación de maestros, el primer año tendrían que ser 10 minutos, y se irían aumentando a 10 minutos por año, abarcando la totalidad de la materia (1º P. 10 min – 2º 20min, 3º 30 min.) Y así sucesivamente hasta el nivel universitario.
- Dar a un niño el rol de “enseñante” y a otro el de “estudiante” y cambiar las parejas cada semana.
- Permitir al niño mayor cantidad de movimiento siempre que trabaje.
- Dar más recreos.
- Cuadernos con etiquetas, colores, etc. Para ser lo más organizados posibles.
- Actitud adecuada frente a ellos, como ¿”qué me pueden aportar?”.
- Cuanto más participe y se pueda mover, más fácilmente aprende, si se queda quieto le supone mucho más esfuerzo y ha de concentrar ahí todas sus fuerzas.



aprendiendo con el TDAH

- En lugar de levantar la mano para contestar y tener que callar la respuesta hasta que te lo indique el profesor, utilizar pizarras donde todos pongan la solución al mismo tiempo, y se ponen las cartulinas en el aire, no se comprueban hasta que no estén todas levantadas.
- Alternar los temas fáciles con los difíciles, agradables, etc.
- Hacer una clase más apasionada, más viva, emocional y entretenida.
- Usar el contacto físico, contacto visual y frases breves para llamar su atención y transmitir mejor el mensaje.
- Poner las asignaturas más difíciles al principio del día.
- Dejarle que tome parte de la decisión de lo que tienen que hacer.
- Que practiquen y utilicen el ordenador.
- Mas consecuencias, compensaciones, sistema de fichas, (por ejemplo, nota a los padres de recogida de juguetes viejos el último viernes del mes, y luego utilizarlos en clase como premios).
- Para mejorar los periodos de Vigilancia Cognoscitiva: Poner timbres, de programación variable (lo venden en su página web). Cuando suene el timbre han de mirar si trabajan (sonará aleatoriamente). Se dan fichas o se apuntan los puntos en una tarjeta, se cuentan al final del día. Cada semana se crea una ficha nueva con menos campanas y más puntos. Se van diluyendo poco a poco las campanadas o timbres. La compensación se le da de forma inmediata, no al final de la semana.
- Los niños han de poder ganar la misma compensación en casa.
- Poner posters, paneles, tarjetas que recuerden la información de manera visual.
- Establecer un sistema de señales que describa visualmente y de forma permanente la tarea. Por ejemplo: cartulinas que signifique diferentes cosas: ROJO: lectura, azul: puede hablar; amarillo: trabajo en equipo; de tal modo que se les señala el cambio de la situación en clase.
- El castigo no va a funcionar si no existe un nivel de compensación disponible por las cosas que haga bien. (mirar a la pared a veces puede ser más interesante que el profesor).
- Lo importante de los castigos es la velocidad a la que lo utilizemos, lo pronto que lo administremos, no la intensidad. Ase trata de implantarlo de manera inmediata, no se trata de un enfado de 20 minutos y luego la consecuencia.
- Versión de time out: para y realiza un trabajo, no es simplemente parar. Por ejemplo, te vas al pupitre al final de la clase y tienes que hacer estas dos hojas, cuando termines vienes, las dejas en mi mesa y se acaba el time out.



Estas y otras muchas aportaciones del congreso estarán pronto recopiladas en una publicación que la organización ANSHDA publicará en breve.

Yolanda Soriano García

Psicóloga Especialista en Psicología Clínica

CINTECO Departamento Infantil