



INTERVENCIONES EN EL TDAH. LAS FUNCIONES EJECUTIVAS

Rosa María Albert Sanchís

rmalbs@hotmail.com

Tdah, hiperactividad

Resumen

Las funciones ejecutivas funcionan de manera conjunta en diferentes combinaciones para regular los pensamientos, emociones y conductas.

Este artículo intenta, de una forma resumida y clara, aportar las ideas y herramientas necesarias a las personas con TDAH a través de sus familias y profesores, para así poder conseguir una mayor independencia desde la temprana infancia de estos niños/adolescentes con TDAH.

Introducción

Síntomas más evidentes del TDAH:

Inatención. Dificultad para centrarse en una sola tarea de trabajo o estudio. Atención automática en tareas de su interés. Se puede asociar a dificultades en la lecto-escritura y las matemáticas. Suelen ser menos propensos al trastorno negativista desafiante.

Hiperactividad. Presentan hiperactividad sin finalidad. No pueden permanecer quietos ante una actividad determinada.

Impulsividad. Escaso control de sus reacciones o pensamientos inmediatos. Dependen demasiado de su estado de ánimo.

Para poder abordar los problemas asociados a TDAH algunos autores como Barkley proponen que debemos hacer uso de lo que en psicología y psiquiatría se conoce como

funciones ejecutivas; estas funciones actúan de manera conjunta en diversas combinaciones y son imprescindibles para regular los pensamientos, emociones y comportamientos, facultades que en los humanos se desarrollan lentamente. Los niños de tres años ya se dicen a sí mismos las cosas que deben hacer y las que no, de acuerdo con las instrucciones que reciben de los adultos y pueden programar sus propios actos con miras a alcanzar unas metas concretas. Las funciones ejecutivas configuran, pues, una parte esencial de la identidad social y cultural de los seres humanos dando sentido a las competencias propias de cada individuo.

Abordaje del tdah

Esta comunicación propone el abordaje del TDAH desde dos niveles básicos donde se plasman las funciones ejecutivas propuestas por Thomas E. Brown en su libro "Trastorno por Déficit de Atención. Una mente desenfocada en niños y adultos" teniendo en cuenta las intervenciones específicas propuestas por P. Dawson y R. Guare en su libro "Executive skills in children and adolescents. A practical guide to assessment and intervention", además de mi propia experiencia personal.

Abordaje del TDAH en el nivel contextual del niño/adolescente

En el colegio deberán sentarse en la primera fila delante del profesor.

Es muy importante facilitarles un *planning* de trabajo sencillo y escueto de las tareas a realizar (ruta de trabajo).

Brevedad y concisión de los mensajes que les damos (definir exactamente cuáles son las tareas que queremos que realicen).

Por ejemplo, NUNCA debemos dar así una orden a un niño con tdah: "*quiero que limpies tu habitación y pongas la ropa sucia en la lavadora, y recojas tus juguetes, además de que ordenes tus libros*" sino que, o bien les damos una orden cada vez, despacio, sin gritar y mirándole a los ojos (siempre que sea posible), o bien les facilitamos un listado para que vayan tachando cada tarea que van realizando (los guaremos).

-Dar tiempo para que las tareas puedan ser terminadas (estos niños suelen necesitar mucho tiempo).

-Les proveemos de la información básica necesaria para que puedan proseguir su tarea, aunque ésta tenga que modificarse posteriormente

-Debemos ser conscientes de nuestro modo de interactuar con el niño, y tenemos que aprender a ser flexibles para poder saber adaptarnos adecuadamente a sus demandas.

Intentar mantener la calma, no gritar.

"Revisar" regularmente sus tareas (hablar con él, que nos cuente sus inquietudes y así poder ayudarle a desenvolverse en aquello que más le gusta (estar atentos a sus motivaciones).

Utilizar todo tipo de "artimañas" que nos puedan ayudar, como por ejemplo: *listados de tareas, relojes con alarmas múltiples, post-it, carpetas de colores, etc.*

Es relevante aprender a anticiparnos a las dificultades que puedan surgir (si detectamos un problema cuando es pequeño, éste posiblemente no se hará más grande); El contexto del niño/adolescente deberá ser analizado por nuestra parte a través de la OBSERVACIÓN con el propósito principal de que éste pueda aprender a "manejarse" (cada situación necesitará una intervención específica y el niño/adolescente irá adquiriendo cada vez más y mejor los conocimientos necesarios y adecuados para resolver con mayor acierto las "nuevas" situaciones).

Abordaje del TDAH en el nivel de desarrollo conductual del niño/adolescente

- Proveerles de un mapa mental (ruta de trabajo) organizativo donde se plasmen unos objetivos adecuados.
- Seguir el desarrollo y consecución de esos objetivos (estar pendiente de la *capacidad* del niño/adolescente para conseguirlos y solo intervenir cuando el niño ha fallado en la consecución de éstos y no ha sabido rectificar en tiempo y forma).
- Es el niño/adolescente quien determina si su tarea está o no acabada (nosotros supervisamos cómo lo ha hecho y le marcamos los cambios a realizar si fuera necesario, pero siempre haciéndole partícipe para que aprenda a rectificar sus "errores").
- Reforzarle positivamente (esto aumenta su motivación y por ende su autoestima y su capacidad de afrontamiento).
- Los sistemas de incentivos deberán definirse adecuada y consistentemente; Por ejemplo, en un sistema de incentivos por puntos sería muy adecuado premiar su esfuerzo (a mayor esfuerzo, mayor puntuación). Estos puntos pueden intercambiarse por *tiempo de televisión, de videoconsola, de escuchar música, de tiempo de ocio, cine, meriendas, etc.*
- Es importante hacer un contrato conductual, donde se reflejen claramente los roles y las responsabilidades del niño (la familia también deberá pactar los suyos).

-Si es necesario se reevaluará el proceso (las veces que sean necesarias) y se harán los cambios oportunos con el objetivo de incorporar las costumbres inadecuadas que vayan surgiendo con el crecimiento y desarrollo del niño.

El principal objetivo de esta estrategia es que el niño pueda utilizar las funciones ejecutivas adecuadamente y pueda ser capaz de afrontar cada vez con mayor acierto sus dificultades, de manera que cada vez logre una mayor independencia en la consecución de los objetivos propuestos.

Intervenciones específicas de las funciones ejecutivas

Emoción: Capacidad de pensar antes de actuar, de controlar las emociones en aras de la consecución de diferentes objetivos, de completar las tareas propuestas y mejorar la conducta (que ésta sea adecuada en diferentes contextos situacionales).

Aumentar los controles externos (cuando los niños son pequeños necesitan supervisión externa). El objetivo principal se centra en el control de los impulsos para situaciones específicas.

Aumentar la supervisión (cuanto más azúcar, más dulce, pero sin endulzar demasiado).

Ayudar al niño a encontrar "trucos" para poder controlar su excesiva impulsividad (por ejemplo: "*no grites cuando hables*", "*espera a que acaben de hablar para hacerlo tú*", "*levanta la mano cuando quieras hablar*", etc.)

Ignorar las respuestas desinhibidas del niño y gradualmente darle refuerzos positivos.

Reforzar las conductas adecuadas (por ejemplo: cuando el niño *aprende a levantar la mano antes de hablar en la escuela*, cuando el niño *sabe esperar a que termine una conversación* para poder hacerlo él, cuando *sabe hablar en un tono adecuado*, etc.).

Ignorar las malas actuaciones o respuestas (por ejemplo: *no le respondemos cuando utiliza un tono inadecuado*, *cuando grita*, o *cuando interrumpe una conversación* le "invitamos" a callarse y esperar, etc.).

Anticiparnos a las situaciones problemáticas y "preparar" al niño para afrontar éstas adecuadamente (por ejemplo: los niños que tienen una gran carga de ansiedad ante los exámenes pueden aprender *técnicas sencillas de relajación*).

Estructurar el ambiente en el que el niño se mueve para evitar situaciones desagradables. Es importante detectar los "peligros" a tiempo (por ejemplo: si los niños están sobreestimulados en determinadas situaciones, cabría limitar el número de niños en el juego o *participar en la estructuración de la actividad de ocio que practican*).

Distribuir las diferentes tareas dentro de pequeños períodos de tiempo, marcando un tiempo global y contemplar *breaks* entre los diferentes períodos de tiempo.

Hablar con el niño antes de comenzar cada tarea (ver las posibles dudas).

Percibir el vaso medio lleno (por ejemplo: "yo sé que es muy difícil y duro para ti, en su día también lo fue para mí, *creo que debes al menos intentarlo antes de rendirte, yo te ayudaré para que puedas terminar tu tarea a tiempo*").

El niño/adolescente debe entender que según como aprenda a afrontar sus dificultades ahora, irá adquiriendo los elementos de juicio necesarios para resolver con éxito otros problemas que le puedan surgir en el futuro.

Usar ejemplos en la literatura, televisión, cine, etc., para ayudarle en el adecuado manejo de sus problemas (por ejemplo: *cómics, héroes de ficción, dibujos animados, etc.*).

Es importante que el niño/adolescente sepa cómo resolver adecuadamente los diferentes problemas situacionales (para ello nosotros seremos muy positivos en nuestras actuaciones).

Explicarle el problema y los diferentes modos de afrontarlo (por ejemplo: hacer *que el niño/adolescente se marque un objetivo* "hoy voy a hacer...").

Reforzarle positivamente sus logros para que siga haciéndolo en el futuro (por ejemplo: mientras acostamos al niño/adolescente, éste *nos puede describir los logros que ha conseguido durante el día*).

Supervisar cómo "resuelve" el niño/adolescente los diferentes "conflictos" situacionales.

Memoria: habilidad de retener información en la mente mientras se completan las diferentes tareas. Es importante saber incorporar adecuadamente las experiencias vitales a las "nuevas" situaciones.

Utilización de agendas o calendarios para escribir las tareas a realizar.

Cuadernos o libretas para escribir las diferentes tareas que hacemos y las que nos quedan por hacer.

Agendas electrónicas, casetes, sistemas de mensajes, etc.

Mensajes recordatorios por parte de los padres, profesores, tíos, etc.

Sistemas de incentivos (por ejemplo: paga).

Sistemas de alarmas (relojes con múltiples alarmas, etc.).

Sistemas de post-it.

Sistemas para memorización directa (si un niño/adolescente necesita diariamente medicación *le proveemos de la pastilla o dosis de jarabe que le toca ese día colocándolo enfrente de su cama, por ejemplo, encima de algún mueble bajo*).

Supervisar el funcionamiento del niño/adolescente utilizando estas herramientas (trucos) y ver qué se puede mejorar (todo se puede optimizar).

Es fundamental que el niño/adolescente con TDAH sepa lo que esperamos de él (que éste entienda el por qué de lo que le explicamos), pero también debemos darle diferentes opciones para que él pueda elegir (que éste pueda saber qué opciones tiene además de la que elige), asimismo deberemos ayudarle durante su proceso de aprendizaje para que encuentre los sistemas de trabajo adecuados que le permitan estructurar la información que recibe (leer y subrayar, estudiar lo subrayado y resumir lo subrayado sería una buena técnica: Hay que buscar siempre el *titular* de lo que se lee). El niño/adolescente también deberá aprender a realizar asociaciones (por ejemplo: *si suena el despertador, es hora de levantarse e ir al colegio, etc.*)

Concentración: La capacidad de mantener la atención en una situación o tarea concreta sin distraerse, fatigarse o aburrirse.

Organizar y planificar las diferentes tareas a realizar en diferentes períodos de tiempo cortos.

Persistir en la conclusión adecuada de todas las tareas (completarlas en la medida de lo posible).

Usar un sistema de incentivos siempre que sea oportuno; Éste deberá incrementar la motivación del niño/adolescente y permitir su utilización frecuentemente además de ser flexible (por ejemplo: *el sistema por puntos con unos parámetros específicos, o bien una actividad placentera para el niño inmediatamente después de que éste haga una tarea que no le resulta agradable, etc.*)

"Retar" al niño para que termine las tareas dentro del tiempo estipulado.

Utilizar un sistema de sonidos monitorizados (por ejemplo: que suene una *alarma cada veinte minutos* ayuda al niño en su noción de tiempo, y si además podemos estar pendientes nosotros de la evolución del niño durante ese tiempo, le obligaremos a que preste una mayor atención hacia sus tareas y que no se le vaya tanto el "santo al cielo").

Es importante que sepamos detectar el tiempo de concentración máximo del niño, que dependerá de las diferentes tareas, sabiendo que esta concentración está supeditada a *ritmos decrecientes de trabajo*.

Dividir las tareas en subtareas y dar al niño cortos periodos de tiempo (*breaks*) entre éstas para mantener en la medida de lo posible su atención.

Procurar que el contexto del niño para hacer las tareas sea lo más adecuado posible (por ejemplo: procurar que el niño haga las tareas en el momento que esté más alerta su cerebro, esto es, después de hacer deporte o una ducha, o durante el tiempo que sabemos que la medicación que toma está siendo efectiva).

Supervisar siempre (en la medida de lo posible), pues los niños que captan interés por parte de los adultos en sus tareas se sienten reforzados, comprendidos, y esto se traduce en un *feed-back* efectivo (los niños con tdaH encuentran menos dificultades cuando trabajan con los padres, siempre que éstos les refuerzen positivamente).

“Transformar” las diferentes tareas en retos o juegos (con sistema de incentivos). Estas estrategias para aumentar la *motivación* en el niño tienen que estar acordes con su capacidad mental (sino se produce un efecto contrario: la *frustración*).

Refuerzos positivos constantes para que no decaiga el interés y la motivación en el niño (gradualmente hemos de intentar que el niño consiga terminar las tareas por sí mismo en tiempo y forma).

Activación: Organización, establecimiento de prioridades y activación para trabajar.

- Verbalmente animaremos al niño/adolescente para que comience la tarea.

- Para ello dividiremos las tareas largas en subtareas y cada vez que éste termine una de ellas haremos un *break*. Es importante que el niño empiece a programarse su tiempo (por ejemplo con *alarmas periódicas, etc,*) para que aprenda a ser responsable y autosuficiente.

- En la iniciación de las tareas es importante que el niño/adolescente reciba instrucciones que le ayuden a ser autosuficiente (por ejemplo: “*abre el libro*”, “*coge papel y lápiz*”, “*escribe tu nombre al principio de la hoja*”, “*haz los ejercicios nº3 y nº6*”, etc).

-Es bueno que realicemos un plan de tareas por escrito, siempre que se pueda, que ayude al niño/adolescente (éste necesita ajustarse a su "ruta de trabajo" y necesita ser valorado en sus logros).

-Es importante que el niño/adolescente entienda que lo que hace es útil (cuanto mayor es el conocimiento que adquirimos mayor es nuestra capacidad para resolver con éxito las "nuevas" tareas).

-En la medida de lo posible dejaremos de supervisar al niño/adolescente (éste poco a poco deberá saber qué herramientas le son más útiles y le ayudan a ser autosuficiente).

-El niño/adolescente ha de aprender a crear su propia "ruta de trabajo" para poder alcanzar los objetivos trazados en tiempo y forma y saber distinguir lo fundamental de lo accesorio. Durante este proceso le ayudaremos en el día a día, para que aprenda a realizar sus tareas en un *tiempo* determinado.

El niño debe aprender la técnica del subrayado (no se subraya todo, solo lo más importante, y lo más importante debe tener un mínimo contenido: debe ser como el *titular* de una noticia en un periódico).

El niño debe saber crear su propia *ruta de trabajo*, a la que se asigna un tiempo determinado. La ruta de trabajo comprende diferentes tareas y subtareas, y deberá cumplirse en tiempo y forma. Durante la realización de las tareas el niño podrá encontrarse con impedimentos que le retrasen o le desvíen de los objetivos a conseguir, por lo que deberá saber dar una solución coherente a todos y cada uno de estos problemas (con la resolución de cada uno de estos problemas el niño va aprehendiendo qué herramientas son las más adecuadas, por lo que cada vez encuentra menos trabas en la consecución de otros objetivos).

Algunas áreas en las que el niño necesita ser apoyado a través del sistema de incentivos son:

Limpieza de la habitación.

Sistema de organización de sus cosas personales.

Sistema de organización de sus cosas del colegio.

Sistema de compatibilidad colegio-casa.

Es primordial que el niño lentamente adquiera las habilidades necesarias para poder distinguir adecuadamente lo fundamental de lo accesorio y aprenda también a categorizar (realización de esquemas); En este sentido debe aprender cómo internalizar sus esquemas. Hay una gran variedad de sistemas organizativos que pueden ayudar al niño con TDAH a desarrollarse adecuadamente en su proceso de aprendizaje pero en todos ellos deberá adquirir la *capacidad* de saber introducir nuevas tareas en su sistema de trabajo y resolverlas adecuadamente.

Los sistemas con incentivos le serán de gran utilidad durante el proceso de aprendizaje al niño/adolescente con TDAH. Éstos deberán ser cambiados y retirados lentamente según la edad y evolución del niño.

Esfuerzo: Regulación, estado de alerta, mantenimiento del esfuerzo y velocidad del proceso. Es importante que el niño aprenda a estimar, ubicar y ejecutar sus tareas dentro del tiempo programado, y sobretodo que sea capaz de conseguir los objetivos propuestos sin apartarse de su "ruta de trabajo" (ésta puede ser modificada en aras de la consecución estos objetivos). Posiblemente sea la función ejecutiva más difícil en el sentido de que requiere una gran dosis de habilidad y perseverancia (los estudiantes suelen dejar los deberes aparcados hasta el último momento y entonces el tiempo para la consecución adecuada de éstos es escaso).

Es importante *poner límites*, usar diferentes "trucos" y saber hacer modificaciones en el entorno como:

Trazar una ruta de trabajo.

Imponer límites a las posibles pérdidas de tiempo.

Ayudarse de diferentes accesorios como relojes con alarmas, post-it, agendas, etc.

Es relevante que el niño/adolescente aprenda a planificar su tiempo adecuadamente, para ello le ayudaremos a estimar el tiempo necesario para desarrollar cada una de las subtareas teniendo en cuenta que el niño se suele despistar con frecuencia (tenemos que procurar que el niño esté en un lugar que minimice sus distracciones). En esta planificación tendremos también en cuenta la "urgencia" de cada tarea, y cómo organizar las subtareas de manera que se optimice el esfuerzo a realizar por el niño (y que lo aprenda de cara a las tareas futuras).

Habilidad para conseguir los objetivos propuestos en tiempo y forma.

Habilidad para saber estimar cuánto tiempo se necesita para la realización de cada tarea (El niño/adolescente con TDAH suele tener una pobre noción del tiempo).

Que el niño/adolescente entienda que no hay que esperar al último minuto para ponerse en marcha.

El niño/adolescente deberá tener consecuencias en aquellos comportamientos repetidos en el tiempo que haga mal; por ejemplo, el niño al que le cuesta mucho levantarse por las mañanas, llega tarde al autobús, no desayuna adecuadamente por falta de tiempo, no hace los deberes, etc. deberá tener *consecuencias privativas en su tiempo de ocio* (ej. clásico: tiempo de videoconsola).

Acción: Observación y acción autorreguladora (control de las acciones). Tiene que ver con la habilidad de saber revisar adecuadamente la ruta de trabajo en previsión de obstáculos, impedimentos o errores y con la capacidad de adaptación a las cambiantes condiciones del contexto, lo cual incluye la *automonitorización* y autoevaluación de las diferentes funciones ejecutivas además de la capacidad de *resolución* de los posibles problemas que pudieran aparecer; Por ejemplo: preguntándose en cada etapa del proceso *¿qué es lo que estoy haciendo?, ¿cómo quiero hacerlo?, ¿cuáles son mis objetivos finales?, etc.* Es lo que se denomina *vista de pájaro* (anticiparse a la resolución de los posibles problemas). Mejora con la adquisición de "nuevas" experiencias.

Es muy importante el *feedback* para ayudar a los niños y adolescentes a conseguir los objetivos marcados (hay que evitar los comentarios negativos y fortalecer los puntos fuertes del niño a través de nuestro reconocimiento a su esfuerzo).

Los *refuerzos positivos* son también muy importantes para mantener su motivación durante todo el proceso (por ejemplo: sistema por puntos o económicos).

Los niños deberán aprender de sus errores, por tanto, deberán aprender a reconocer éstos (para ello les ayudaremos a realizar listas de posibles errores con la finalidad de que el niño empiece a tomar conciencia de éstos y de sus posibles soluciones). Esto se trabajará de manera gradual y progresiva.

La *flexibilidad* para saber adaptarnos a los cambios es relevante y los niños y adolescentes suelen ser reacios a éstos, por lo que les ayudaremos a reducir sus resistencias.

Deberemos *intercambiar* los deseos de los niños y adolescentes por flexibilidad, esto es, que aprehendan los cambios en su entorno como algo normal y sepan realizar oportunamente cuantos cambios sean necesarios en aras de conseguir los objetivos propuestos de una manera óptima.

El niño deberá aprender a saber reconocer su falta de flexibilidad, y esto es una ardua tarea (los niños inflexibles tienden a imaginar sus propias historias, y cuando la realidad se impone y no ocurre aquello que imaginaban, los sentimientos de confusión, ansiedad, frustración, etc., hacen mella en ellos con fuerza). Así pues, nuestra labor deberá centrarse en que aprehendan a regular sus emociones para poder afrontar adecuadamente las "nuevas" situaciones vitales (les enseñaremos las *pautas* apropiadas para que puedan hacerlo).

Les ayudaremos a:

que se habitúen a los lugares que desconocen (por ejemplo: intentaremos viajar con ellos frecuentemente y les enseñaremos cómo enfrentarse adecuadamente a los retos que puedan surgir). Se trata de exponerles lentamente a "nuevas" situaciones.

que se familiaricen con las actividades a realizar. Por ejemplo: facilitando los materiales y aumentando el grado de colaboración durante todo el proceso (nosotros les ayudaremos en cada paso del proceso, gradualmente, conforme aumente la intensidad de los posibles problemas, mejor dicho, retos). Esta colaboración no ha de ser resolutiva, pero sí ha de proveer al niño de las herramientas adecuadas y necesarias para poder resolver estos retos por sí mismo.

minimizar los contenidos a estudiar. Por ejemplo: les enseñaremos cómo darle forma en pocas palabras a lo estudiado (*resúmenes, esquemas y búsqueda del titular*), así disminuimos la complejidad de la información para su presentación.

-Todo lo que se estudia es susceptible de ampliación, pero también de lo contrario, así que los niños deberán *aprender a desmenuzar la información que reciben en secciones* (la suma de éstas deberá formar un todo, deberá tener sentido).

- El niño/adolescente deberá aprender de sus experiencias vitales y de aquellas vivencias que considere negativas, aún más; Deberemos, pues, ayudarle para que aprenda a replantearse su comportamiento, sobretodo aquél que además de no reportarle beneficio alguno le está perjudicando en sus relaciones con los demás y en sus logros académicos; Podemos utilizar cuentos o/y historias con fines educativos en las que el niño/adolescente pueda sentirse identificado (por ejemplo: *podemos plantear al niño*

diferentes situaciones específicas, y le haremos preguntas sobre lo que haría, lo que puede servirle para que pueda resolver con mayor acierto los problemas que puedan aparecer en el futuro). Los juegos, algunas películas con fines educativos, o el deporte, también son importantes para su desarrollo.

-No debemos olvidarnos de aplicar *técnicas de relajación o de diversión*.

-Siempre deberemos tener en cuenta el *tiempo*; Todo ha de hacerse dentro de unos *plazos* que el niño deberá aprender a marcar, al principio con nuestra ayuda y después solo.

Le ayudaremos en la realización de todas estas tareas hasta que el niño/adolescente aprenda a organizarse y planificarse adecuadamente solo.

A modo de conclusión

Es esencial que los niños/adolescentes con TDAH aprendan a ser autónomos, con supervisión en la etapa de crecimiento desde la temprana infancia, por ello el apoyo contextual deberá estar dirigido a la consecución de su independencia en la mayor brevedad de tiempo posible, y por la empiria sabemos que el refuerzo de los padres y educadores es fundamental pero no debe prolongarse en el tiempo más de lo estrictamente necesario, pues entonces se podría producir el efecto contrario: la comodidad, el asentamiento del niño dentro de un tipo de vida donde es el protagonista absoluto y todo está hecho y solucionado. ¡NO!, el niño con TDAH es un niño que, al igual que los demás niños, deberá aprender a afrontar los retos que le depara la vida, que posiblemente para él sean mayores, pero precisamente ello podría ser una ventaja frente a los niños no TDAH si sabemos *dirigir con acierto* sus pasos hacia una independencia positiva, segura, con problemas a los que siempre les puede dar una solución, quizás no ideal, pero sí la menos mala (el factor *error* es importante; cometer errores puede reducir su insatisfacción cuando se dan cuenta que los han cometido y que éstos tienen solución).

Bibliografía

1. Barkley, R. A. El desorden de hiperactividad y déficit de atención. *Investigación y Ciencia* 1998; 277: 48-53.
2. Barkley, R.A., Edwards G.H., Robin A.L. *Defiant Teens: A Clinician's Manual for Assessment and Family Intervention*. New York: Guilford Publications; 1999.
3. Brown T. *Trastorno por Déficit de Atención: Una mente desenfocada en niños y adultos*. Barcelona: Masson-Elsevier; 2005.
4. Dawson P., Guare R. *Executive skills in children and adolescents. A practical guide to assessment and intervention*. London: Guilford Press; 2004.
5. Taylor E. *El niño hiperactivo*. Madrid: Edaf; 1997.

Entrevista realizada

Romero Escobar, H. Doctora en psiquiatría (en la actualidad trabaja en el área de salud mental infantil y adolescente). *Entrevista realizada el 7 de Septiembre de 2012.*

Esta comunicación intenta aportar algunas ideas y herramientas, sencillas y útiles, que contribuyan a mejorar el abordaje y manejo del TDAH; sobretodo va dirigida a profesionales de la salud, profesores, padres y responsables de niños diagnosticados de TDAH.