

# THE PARENT LETTER



About Our Kids: A Letter for Parents by the NYU Child Study Center



VOLUMEN 6, NÚMERO 5

ENERO DE 2008

## EL TDAH EN LAS NIÑAS

### **Introducción**

Deténgase un momento e imagine un niño con trastorno de déficit de atención con hiperactividad (TDAH). ¿Pensó en un varón? No es el único. La mayoría de nosotros piensa en un varón debido a que este diagnóstico es dos a tres veces más frecuente en varones que en niñas. Las niñas tienen poca representación en los entornos clínicos, y algunos investigadores creen que muchas de las niñas con TDAH pasan inadvertidas o no reciben el diagnóstico correcto. Las investigaciones actuales sostienen que si bien las bases biológicas del TDAH entre niñas y varones pueden ser diferentes, la heredabilidad y las influencias ambientales son similares (Derks y col., 2007). A medida que aumenten nuestros conocimientos, padres, maestros, educadores y profesionales de salud mental conoceremos mejor las diferencias y necesidades particulares de las niñas con TDAH.

### **¿Cómo es una niña con TDAH?**

Las niñas tienen diferentes tipos de dificultades para prestar atención. Algunas se muestran desatentas y no pueden concentrarse o dedicarse a una tarea. Tienden a estar “en otro mundo” o como si soñaran despiertas. También, pueden mostrarse olvidadizas y tener problemas para organizarse. Otras parecen impulsadas por un motor y no pueden esperar su turno, responden atolondradas o tienen dificultades para quedarse sentadas. Muchas niñas manifiestan características tanto de falta de atención como de hiperactividad. Las cualidades hiperactivas de estas niñas suelen disminuir a medida que crecen, lo que las hace ver desatentas cuando son adolescentes (Hinshaw y col., 2006). A muchas niñas con TDAH les cuesta mucho no perder el hilo de los deberes escolares y hacer una tarea de principio a fin. Si bien los problemas de atención pueden advertirse más en la escuela que en casa, muchos padres notan que sus hijas necesitan estimulación constante o que se las reencamine con frecuencia.

A menudo, las niñas con TDAH son muy creativas y son motivadas a sobresalir, en especial en áreas de especial interés para ellas. Son capaces de ser parte de proyectos o juegos, pero se frustran o distraen cuando se trata de tareas más triviales o rutinarias.

### **Futuros obstáculos relacionados con el TDAH en niñas**

La focalización es un síntoma distintivo del TDAH, pero las investigaciones demuestran que las dificultades de atención suelen ir acompañadas de otras características importantes y se extienden hasta mitad de la adolescencia. Las niñas cuyo diagnóstico de TDAH se da en la infancia presentan grados mucho más altos de síntomas de salud mental y grados mucho menores de logro escolar que las niñas de la misma edad sin TDAH. En particular, las niñas con este trastorno tienen más probabilidades de sufrir síntomas internalizados, como la depresión y la ansiedad, y transmiten una percepción mucho peor de sí mismas. Asimismo, reportan mayor consumo de sustancias y más síntomas de trastornos alimentarios. Por ello, no sorprende que tengan deficiencias en sus habilidades sociales y mayores dificultades para relacionarse con sus compañeros. Estos factores adicionales de estrés pueden asociarse al hallazgo de que las niñas con TDAH ingresan para hospitalizaciones psiquiátricas con más frecuencia que los varones (Hinshaw y col. 2006).

Lamentablemente, las niñas con TDAH hacen menos amigos y tienen mayor grado de conflicto con sus compañeros que las niñas que no sufren TDAH. Tienden a ser manifiestamente agresivas y pueden carecer de conciencia del otro y no establecer un intercambio fluido en situaciones sociales. Ohan y Johnston (2007) comunicaron que las niñas con TDAH carecen de habilidades de planificación y organización, a menudo necesarias para hacer nuevos amigos, y que la conducta impulsiva resultante de los enojos puede afectar la estabilidad de sus amistades. A las niñas con TDAH les resulta difícil regular su conducta, lo que puede llevar a menos interacciones prosociales con sus compañeros.

### **Tratamientos**

Se ha demostrado que el tratamiento más útil para el TDAH incluye una combinación de terapia de base empírica, como la terapia cognitivo-conductual, y medicación. La medicación ayuda a mejorar la función cerebral relacionada con la expresión de los síntomas del TDAH. La terapia cognitivo-conductual apunta a aumentar las conductas prosociales del niño y reducir las conductas negativas, a la vez que mejora la calidad de relación entre padres e hijos. Además, las intervenciones conductuales ayudan a los padres a desarrollar métodos más efectivos para manejar la dificultad de concentración de sus hijos y estrategias para mejorar el cumplimiento

de instrucciones. El abordaje conductual mejora las habilidades del niño en áreas que resultan difíciles, y la terapia conductual resulta eficaz para tratar las deficiencias de habilidades de planificación y organización.

### **Fortalecimiento de las virtudes**

Muchas niñas con TDAH disfrutan de lo social. Padres y maestros deben alentarlas a participar de actividades extracurriculares, clubes o deportes multisensoriales. Esto proporciona estímulo, sirve como gran válvula de escape, ayuda a fortalecer los talentos y expone a los niños a situaciones sociales donde pueden desarrollar habilidades para relacionarse. Recuerde que las niñas con TDAH suelen ser muy creativas. Observe las virtudes particulares de la niña y ayúdela a expandir sus habilidades en esas áreas.

### **Recursos**

Libros

*ADHD: Attention-Deficit Hyperactivity Disorder in Children and Adults (TDAH: Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad en niños y en adultos)* de Paul H. Wender, MD. Oxford University Press, 2002.

*Straight Talk about Psychiatric Medications for Kids* (Charla abierta sobre medicamentos psiquiátricos para niños) de Timothy E. Wilens, MD. New York: The Guilford Press, 1999.

*Taking Charge of ADHD* (Hacerse cargo del TDAH) de Russell A. Barkley, PhD. New York: The Guilford Press, 2000.

Sitios web

[www.Chadd.org](http://www.Chadd.org)

<http://www.nimh.nih.gov/health/topics/attention-deficit-hyperactivity-disorder-adhd/index.shtml>

[www.aboutourkids.org](http://www.aboutourkids.org)

### **Referencias**

Bauermeister, J.J., Shrout, P.E., Chavez, L., Rubio-Stipec, M., Ramirez, R., Padilla, L., Anderson, A., Garcia, P., & Canino, G. (2007). *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48(8), 831-839.

Derks, E.M., Dolan, C.V., Hidziak, J.J., Neale, M.C., & Boomsma, D.I. (2007). Assessment and Etiology of Attention Deficit Hyperactivity Disorder and Oppositional Defiant Disorder in boys and girls. *Behavioral Genetics*, 37, 559-566.

Hinshaw, S.P., Owens, E.B., Sami, N., & Fargeon, S. (2006). Prospective follow-up of girls with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder into adolescence: Evidence for continuing cross-domain impairment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(3), 489-499.

Lahey, B.B., Hartug, C.M., Loney, J., Pelham, W.E., Chronis, A.M., & Lee, S.S. (2007). Are there sex differences in the predictive validity of DSM-IV among younger children? *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 36(2), 113-126.

Ohan, J.L., & Johnston, C. (2007). What is the social impact of ADHD in girls? A multi-method assessment. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 35, 239-250.

**Escrito por Kirsten Sharma, Psy.D., becario postdoctoral del Instituto de Aprendizaje y Logro Académico del NYU Child Study Center. Para consultas, por favor llame al (212) 263-6622.**

### **ACERCA DEL NYU CHILD STUDY CENTER**

El NYU Child Study Center se dedica a la investigación, prevención y tratamiento de trastornos psiquiátricos en niños y adolescentes. Brinda evaluación y tratamiento para niños y adolescentes con diversos trastornos, como ansiedad, depresión, TDAH, dificultades del aprendizaje o de atención, autismo, trastornos de la alimentación y síntomas asociados con el estrés y los traumas.

Ofrecemos varios estudios terapéuticos sin costo alguno para determinados trastornos y grupos de edad. Si desea saber si su hijo es apto para alguno de estos estudios, por favor llame al (212) 263-8916 o visite <http://www.aboutourkids.org/professionals/research>.

Si usted o su hijo necesitan ayuda inmediata, cuenta con profesionales de salud mental que lo asesorarán las 24 horas, los 7 días de la semana, llamando a 1-800-LIFENET (1-800-543-3638), un programa de la Asociación de Salud Mental de la Ciudad de Nueva York. Dispone de ayuda en varios idiomas: Español: 1-877-298-3373; chino: 1-877-990-8585. Si necesita otros idiomas, solicite un traductor.

Para mayor información, pautas y consejos prácticos sobre salud mental infantil y cuestiones sobre la crianza, por favor visite el sitio web del NYU Child Study Center, [AboutOurKids.org](http://AboutOurKids.org).

ABOUTOURKIDS.ORG