

El TDAH en el salón de clases: Cómo ayudar a los niños a tener éxito en la escuela

Las instrucciones personalizadas de los maestros y la tecnología asistencial pueden ayudar a los estudiantes con TDAH.

Los niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) enfrentan más obstáculos en su camino al éxito que los estudiantes promedio. Los síntomas del TDAH, como la incapacidad de poner atención, y la dificultad para sentarse quietos y para controlar los impulsos, pueden hacer más difícil que los niños con un diagnóstico de TDAH tengan buen rendimiento escolar.

Para satisfacer las necesidades de los niños con TDAH, las escuelas pueden ofrecer:

- **tratamientos para el TDAH, como el manejo conductual en el aula o la capacitación organizacional;**
- **servicios de educación especial; o**
- **adaptaciones para reducir los efectos del TDAH en el aprendizaje.**

Estrategias para el tratamiento en el aula de los estudiantes con TDAH

Hay algunas estrategias de manejo escolar que han demostrado eficacia con los estudiantes con TDAH: el manejo conductual en el aula y la capacitación organizacional.

El enfoque del **manejo conductual en el aula** promueve los comportamientos positivos de los estudiantes en el salón de clases, mediante un sistema de recompensa o una tarjeta de informe diario, y desalienta sus comportamientos negativos. Este enfoque dirigido por el maestro puede influenciar de manera constructiva el comportamiento de los estudiantes, al aumentar su participación académica.

La **capacitación organizacional** les enseña a los niños manejo del tiempo, destrezas de planificación y maneras de mantener los materiales escolares organizados con el fin de optimizar el aprendizaje del estudiante y reducir las distracciones.

Estas dos estrategias de manejo requieren que el personal capacitado —incluidos los maestros, consejeros o psicólogos escolares— siga un plan específico para enseñar y apoyar el comportamiento positivo.

La Academia Estadounidense de Pediatría (AAP) recomienda que el entorno escolar, el programa o el nivel sean parte de todo plan de tratamiento del TDAH. La AAP también recomienda la terapia conductual administrada por el maestro como un tratamiento para los niños con TDAH en edad escolar. Usted puede hablar con el proveedor de atención médica y los profesores de su hijo para trabajar juntos con el fin de apoyarlo.

Servicios de educación especial y adaptaciones

La mayoría de los niños con TDAH reciben algunos servicios escolares, como servicios de educación especial y adaptaciones. Hay dos leyes que regulan los servicios especiales y adaptaciones para los niños con discapacidades:

- **La Ley de Educación de Personas con Discapacidades (IDEA)**
- **La Sección 504 de la Ley de Rehabilitación de 1973**

El apoyo que un niño con TDAH reciba en la escuela dependerá de si cumple con los requisitos para participar en uno de dos planes federales financiados por la IDEA y la Sección 504: un programa de educación individualizada (IEP, por sus siglas en inglés) o un Plan 504.

¿Cuáles son las principales diferencias entre los dos planes?

El IEP proporciona *servicios especiales de educación individualizada* a fin de satisfacer las necesidades únicas del niño.

Un Plan 504 proporciona servicios y cambios *en el entorno de aprendizaje* a fin de satisfacer las necesidades del niño de manera tan adecuada como la de los otros estudiantes.

Adaptaciones

El IEP y el Plan 504 pueden ofrecer adaptaciones para ayudar a los estudiantes a manejar su TDAH, entre ellas:

- **tiempo adicional para las pruebas;**
- **Instrucciones y asignaciones adaptadas para el niño;**
- **refuerzo y retroalimentación positivos;**
- **uso de tecnología para ayudar con las tareas;**
- **permitirles descansos o tiempo para que se levanten y muevan;**
- **cambios en el entorno para limitar las distracciones; y**
- **ayuda adicional para que se mantengan organizados.**

Lo que los maestros pueden hacer para ayudar

Para los maestros, puede ser un reto ayudar a los niños a manejar los síntomas de su TDAH. La mayoría de los niños con este trastorno no están inscritos en clases de educación especial, pero sí necesitan ayuda adicional a diario. El Centro Nacional de Recursos para el TDAH proporciona información de expertos para los maestros sobre cómo ayudar a los alumnos que tienen este trastorno.

A continuación, hay algunos consejos para que tengan éxito en el salón de clases.

Comunicación:

- **brinde retroalimentación frecuente y esté atento a los comportamientos positivos;**
- **tenga en cuenta la influencia del TDAH en las emociones, como cuando hay problemas de autoestima o dificultad para manejar los sentimientos;**
- **Avíseles varias veces y con suficiente anticipación antes de hacer transiciones y cambios en las rutinas; y**
- **entienda que los niños con TDAH podrían quedar absortos en actividades que les interesan (superconcentrados) y podrían necesitar ayuda adicional para redirigir su atención.**

Asignaciones y tareas:

- **deje bien claras las asignaciones y verifique con los estudiantes si entendieron lo que tienen que hacer;**
- **bríndeles opciones para demostrar su dominio (por ejemplo, deje que el alumno escoja entre un ensayo escrito, un informe oral, un examen en línea o un proyecto de práctica;**
- **asegúrese de que las tareas no sean largas y repetitivas. Las tareas más cortas que proporcionan un pequeño desafío sin ser demasiado difíciles pueden funcionar mejor;**
- **permita descansos porque para los niños con TDAH poner atención implica un esfuerzo adicional y los puede cansar mucho;**
- **deles tiempo para moverse y hacer ejercicio;**
- **minimice las distracciones en el aula; y**
- **use herramientas organizacionales, como un fólder de tareas, para limitar la cantidad de cosas a las que el niño les tenga que hacer seguimiento.**

Elabore un plan que se ajuste al niño:

- **observe y hable con el estudiante acerca de lo que lo ayuda y lo que lo distrae (por ejemplo, usar aparatos para distraerse como los *fidget spinners*, limitar el contacto visual mientras escuchan, la música de fondo o moverse mientras aprenden puede ser beneficioso, o distraerlos, dependiendo del niño);**
- **comuníquese con los padres regularmente; e**
- **involucre al consejero o psicólogo escolar.**

La colaboración cercana entre la escuela, los padres y los proveedores de atención médica ayudará a asegurar que el niño obtenga el apoyo correcto.

Instrucción y apoyo para los padres

Los CDC financian el Centro Nacional de Recursos del TDAH (NRC), un programa de la organización Niños y Adultos con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (Children and Adults with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder o CHADD). El NRC proporciona recursos, información y consejos para los padres acerca de formas de ayudar a su hijo. _

Cómo ser el mejor defensor de su hijo:

- **Entienda el diagnóstico de su hijo, cómo afecta su educación y lo que se puede hacer en casa para ayudar.**
- **Entienda el IEP de su hijo. Si tiene preguntas, no tema preguntar.**
- **Hable con el maestro de su hijo.**
- **Cuando sea posible, obtenga documentación escrita de los maestros, el personal administrativo u otros profesionales que trabajen con su hijo.**
- **Conozca sus derechos.**
- **Participe activamente en la preparación del IEP o el Plan 504 de su hijo.**
- **Mantenga buenos registros de la información, incluida la documentación escrita, las comunicaciones entre la casa y la escuela, los informes sobre el progreso y las evaluaciones.**
- **Trate de mantener una buena relación de colaboración con la escuela al tiempo que defiende fuertemente los derechos de su hijo.**
- **Comunique cualquier preocupación que pudiera tener con respecto al progreso del IEP o del Plan 504 de su hijo.**
- **Anime a su hijo todos los días y diseñe un sistema para ayudarlo con las tareas y otros proyectos escolares**

[El Centro Nacional de Recursos del TDAH: Recursos en español external icon](#)

[Recursos para dificultades de aprendizaje y de atención external icon](#)

Esta página fue revisada el: 4 de septiembre de 2020

Fuente del contenido: [Centro Nacional de Defectos Congénitos y Discapacidades del Desarrollo de los CDC](#), [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#)