



Mental Health Association of Tarrant County
3136 West 4th Street
Fort Worth, TX 76107
817-335-5405/www.mhatc.org

Trastorno Hiperactivo de Déficit de Atención

Imagínese vivir en un caleidoscopio de rápido movimiento en el cual sonidos, imágenes y pensamientos están en constante movimiento. Aburrirse fácilmente, sin poder concentrarse en las tareas que necesita cumplir. Distráido por imágenes y sonidos sin importancia, de manera que su mente lo lleva de un pensamiento o actividad al siguiente. Quizás esté tan envuelto en un collage de pensamientos e imágenes que no se da cuenta cuando alguien le habla.

Para muchas personas, esto es lo que significa tener el Trastorno Hiperactivo de Déficit de Atención [Attention Deficit Hyperactivity Disorder] o ADHD. Quizás no pueden sentarse quietos, planificar de antemano, terminar tareas o estar plenamente conscientes de lo que está ocurriendo a su alrededor. Para sus familias, compañeros de clase o colegas pueden parecer existir en un remolino de actividad desorganizada o desenfrenada. De repente -- en algunos días y en algunas situaciones -- pueden parecer estar bien, llevando a los demás a pensar que la persona con ADHD en realidad puede controlar estos comportamientos. Como resultado de esto, el trastorno puede arruinar las relaciones de la persona con los demás, así como perturbar su vida diaria, consumir energía y disminuir su amor propio.

ADHD, antes llamado hipercinesia o disfunción cerebral mínima, es uno de los trastornos mentales más comunes entre niños. Afecta entre el 3 y el 5 por ciento de todos los niños, quizás tanto como 2 millones de niños estadounidenses. Los varones se ven afectados dos o tres veces más que las niñas. Como promedio, al menos un niño de cada aula en los Estados Unidos necesita ayuda para el trastorno. El ADHD a menudo sigue a través de la adolescencia y de la edad adulta y puede causar una vida de sueños frustrados y dolor emocional.

Pero hay ayuda y esperanza. En la última década, los científicos han aprendido mucho acerca de la trama del trastorno y ahora pueden identificar y tratar a niños, adolescentes y adultos que lo tienen. Existen ya una variedad de medicamentos, terapias para cambiar el comportamiento, y opciones educacionales para ayudar a personas con ADHD a concentrar su atención, a aumentar su autoestima, y a funcionar de maneras nuevas.

Además, nuevas vías de investigación prometen mejorar diagnósticos y tratamiento. Con tantos niños estadounidenses diagnosticados con trastorno de atención, la investigación sobre ADHD se ha hecho una prioridad nacional. Durante la década de los noventa -- que el presidente y el Congreso declaró ser la "Década del Cerebro" -- es posible que los científicos puedan identificar la base biológica del ADHD y aprendan a prevenirlo o tratarlo aún más efectivamente.

Este folleto es provisto por el Instituto Nacional de Salud Mental [National Institute of Mental Health] (NIMH), la agencia federal que apoya la investigación a nivel nacional sobre el cerebro, enfermedades mentales, y salud mental. Los científicos respaldados por NIMH están dedicados a entender el funcionamiento y las interrelaciones de las varias regiones del cerebro y a desarrollar medidas preventivas y nuevos tratamientos para sobrellevar trastornos cerebrales que perjudican a las personas en la escuela, el trabajo, y en el recreo.

Este folleto ofrece información actualizada sobre trastornos de déficit de atención y el papel de la investigación respaldada por NIMH en cuanto a descubrir las causas subyacentes y tratamientos efectivos. Describe opciones de tratamientos, estrategias para hacer frente al problema y recursos de información y apoyo. Entenderá cómo es tener ADHD a través de las historias de Marcos, Lisa, y Enrique. Observará sus primeras frustraciones, sus pasos hacia conseguir ayuda, y sus esperanzas para el futuro.