



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
ARAGÓN

“ESTRATEGIAS EDUCATIVAS PARA LA ENSEÑANZA A NIÑOS EN
NIVEL PREESCOLAR CON DIAGNÓSTICO DE TRASTORNO POR
DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD. UNA PROPUESTA
PEDAGÓGICA”

TESIS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PEDAGOGÍA

PRESENTA

ANGELA MAGDALENA VARELA AGUILERA

ASESOR: LIC. FRANCISCA SERRANO TAVERA



MÉXICO, 2009



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS:

A Dios por guiarme y acompañarme en mi vida.

A mi padre, Miguel Varela por su todo su amor, comprensión, apoyo y tiempo brindado a mi formación y educación a pesar de su trabajo.

A mi madre, Guadalupe Aguilera por su gran amor, comprensión, consejos, y apoyo incondicional en todo lo que realizo.

A mi hermana, Guadalupe Varela por su amistad y apoyo en todo momento.

A mi asesora, Mtra. Francisca Serrano por su entrega y compromiso con mi trabajo además de sus palabras alentadoras en momentos difíciles de mi vida personal y profesional.

Finalmente, a todos mis profesores de la carrera de Pedagogía por aportarme los conocimientos necesarios para realizar esta investigación.

A todos ellos, dedico este trabajo que me ha implicado tiempo, esfuerzo y dedicación.

¡GRACIAS!

Índice

	Página
Introducción	
Capítulo 1. Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH).....	6
1.1 Características del TDAH.....	8
1.2 Causas del TDAH.....	13
1.3 Consecuencias del TDAH.....	14
1.4 Diagnóstico.....	16
1.5 Tratamiento.....	19
a) Tratamiento psicosocial.....	19
b) Tratamiento con fármacos.....	21
c) Tratamientos alternativos.....	24
Capítulo 2. Aspectos en torno al Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH).....	35
2.1 Aspecto personal y sociafectivo.....	35
2.2 Aspecto sociocultural.....	40
2.3 Aspecto económico.....	53
2.4 Aspecto político.....	60
Capítulo 3. Propuesta pedagógica para profesores de preescolar con alumnos que presentan Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) dentro del aula.....	68
3.1 Estrategias educacionales.....	72
3.1.1 Inteligencias múltiples.....	73
3.1.2 Estilos de aprendizaje.....	77
3.2 Estrategias para la concentración.....	80
3.2.1 Gimnasia cerebral.....	80
3.2.2 Mandalas.....	81
3.3 Estrategias físicas.....	84
3.3.1 Relajación.....	84
3.3.2 Visualización.....	87
3.3.3 Gimnasia infantil.....	89

	Página
3.4 Ludoterapias.....	90
3.5 Estrategias conductuales.....	92
3.5.1 Disciplina.....	93
3.5.2 Disciplina Preventiva.....	94
3.5.3 Disciplina Inteligente.....	95
Conclusiones.....	98
Fuentes de consulta.....	103
Anexos.....	108
Anexo 1 Entrevistas para maestras.....	109
Anexo 2 Entrevista a Neuropsicóloga Verónica Rueda.....	128
Anexo 3 Cuestionario para diagnosticar e TDA.....	138
Anexo 4 Terapias alternativas.....	139
Anexo 5 Juegos para estimular las inteligencias múltiples.....	140
Anexo 6 Estilos de aprendizaje.....	144
Anexo 7 Gimnasia cerebral.....	145
Anexo 8 Respiración.....	146
Anexo 9 Visualización.....	147
Anexo 10 Gimnasia infantil.....	148
Anexo 11 Ludoterapias.....	150
Anexo 12 Disciplina preventiva.....	151
Anexo 13 Disciplina inteligente.....	152

Introducción

En la actualidad, se observan cada vez con más frecuencia “niños inquietos, distraídos” y que no rinden en sus actividades diarias porque no se concentran, estos, son diagnosticados con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) y tan común es este trastorno, que se escucha decir tanto a padres como maestros que su hijo o alumno es “hiperactivo” sólo por el hecho de ser “inquieto” y “tener mucha energía”, de tal manera que están etiquetando al pequeño sin saber realmente qué es el TDAH, por ello, es pertinente precisar desde un tipo de estudio descriptivo, las características, causas, quiénes son los indicados para dar un verdadero diagnóstico y por último, los tratamientos que existen ante este padecimiento; motivo suficiente para que en el primer capítulo se aborde ésta problemática

La presencia del TDAH en los niños tiene varios aspectos importantes para analizar como el personal y socio afectivo, es decir, qué pasa con el niño al ser diagnosticado con este trastorno y de qué manera lo afecta en su vida personal y afectiva; otro aspecto es el sociocultural en dónde se analizan los mitos que ha creado la sociedad en torno al TDAH así como los hábitos y costumbres que tiene la familia como parte de ella y que a su vez repercuten en un posible diagnóstico del trastorno; otro de los aspectos es el económico, es decir, el impacto monetario que genera en los padres de estos niños y por último el aspecto político que refiere a las propuestas y peticiones por parte de Senadores y Diputados como muestra de su preocupación por el aumento de casos de niños y adolescentes con TDAH. Todo lo anterior lo abordé desde el método fenomenológico y de esta manera conformando el segundo capítulo de esta investigación.

Finalmente, no cabe la conformidad de saber qué tiene el niño y por qué se comporta de cierta manera sino buscar soluciones ante la presencia del trastorno, lo cual es planteado en un tercer capítulo proporcionando a profesores de nivel preescolar, estrategias educativas, físicas, conductuales y estrategias para la concentración coadyuvando con su labor docente y de esta manera beneficiando a quienes padecen trastorno por déficit de atención con hiperactividad.

Todo esta investigación, está realizada desde un enfoque humanista para poder entender experiencias de vida, relaciones familiares y escolares dando el valor que merece un pequeño con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH).

En lo personal, me preocupa saber que, como sociedad, estamos afectando a los niños de manera inconsciente, que al exigirles entrar en los parámetros que marca ésta misma, como son tiempos, actividades, uso de tecnología, alimentación entre otros, estamos creando niños con problemas de diversa índole y que están repercutiendo en sus vidas pero sobre todo en la escuela.

En busca de una intervención, me percaté de que el pedagogo tiene diversas funciones respecto a esta temática ya que la formación que proporciona la Licenciatura en Pedagogía de la FES Aragón permite colaborar con diversas áreas, como es la psicopedagogía (aplicación de tests y pruebas psicométricas que arrojen un diagnóstico del TDAH), la docencia (permite formar y educar al sujeto con TDAH partiendo de sus necesidades específicas), la capacitación (permite informar y capacitar a profesores, personal educativo y padres de familia acerca del TDAH) y que a su vez estas tres permiten la investigación en fuentes bibliográficas y fuentes vivas para poder cuantificar resultados además de intervenir en la modificación del currículo escolar. Sin embargo, he decidido orientar mi trabajo respecto al pedagogo como docente (proponiendo estrategias adecuadas y precisas para el proceso enseñanza-aprendizaje con un niño con TDAH) y capacitador (informando a las maestras sobre qué es el TDAH, sus características, posibles causas y consecuencias).

Mi propuesta está basada en la recopilación de diversas estrategias las cuales considero pertinentes para llevar a cabo dentro del aula, y esto, lo propongo debido a que en mi experiencia profesional y laboral (realizando mi servicio social en una estancia infantil, impartiendo por dos años cursos de verano y actualmente dando clases de estimulación prenatal, temprana y terapias de relajación y visualización para personas estresadas, deprimidas y ansiosas), han sido benéficas tanto para bebés, niños y adultos.

Para finalizar esta línea de investigación se incluye la parte de conclusiones, las cuales obtuve al realizar esta investigación y las que reflejan lo que yo concibo como pedagoga, ya que me permitió hacer uso de mi creatividad, ser

propositiva al unir todos los elementos que cada uno de mis profesores apporto y que al unir datos, ideas y conocimientos dio como resultado este trabajo.

Espero que al revisar cada capítulo permita encontrar desde una mirada pedagógica opciones para un mejor desempeño de la docencia a nivel preescolar, mejorando la calidad educativa para niños con y sin Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH).

Capítulo 1. Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad

En la actualidad, en la sociedad encontramos a niños con grandes cantidades de energía pero que también presentan problemas de aprendizaje, es decir, se encuentran con limitaciones para tener un buen rendimiento escolar como son: falta de concentración, inatención y poca memoria.

Podemos observar que, día con día, es más común encontrar a niños con estas características dentro de las familias y, con mayor razón, en las escuelas.

Al conjunto de estas características que se presentan con mayor frecuencia en los niños se les ha dado el nombre de Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH).

Haciendo una revisión histórica se puede ver que a principios del siglo XX, en 1902, el médico inglés George Frederic Still hablaba de niños agresivos, desafiantes, que se resistían a la disciplina y eran excesivamente emocionales o pasionales, sin respeto por la ley, crueles, deshonestos, sin capacidad de prestar atención, superactivos y que significaban un gran peligro para los otros niños debido a su agresividad¹. Por lo que considero que es a partir de este siglo que se rompen esquemas en la sociedad al existir niños con estas características y que no respondían a patrones tradicionales socialmente establecidos. Still fue el primero en observar estas anomalías en la conducta de los niños.

Posteriormente, Bender, Werner y Strauss (1940-1942) identifican una serie de manifestaciones clínicas (hiperactividad, sueño intranquilo, distractibilidad, pobre concentración) secundarias a un daño cerebral.² Es, hasta estas fechas, cuando se habla de un daño cerebral que, evidentemente, va a repercutir en el desempeño escolar del niño. Sin embargo, aún no se tiene conciencia por parte de padres y maestros acerca de la magnitud de éste daño y sus repercusiones.

¹ PIEDRAFITA MORENO, José Manuel. *El Trastorno de Deficiencia de Atención ¿Realidad o conveniencia?*. Pág. 23

² BARRAGAN, Eduardo. *El niño y el adolescente con TDA: su mundo y sus soluciones*. Pág. 21

En 1950 y 1960 Barkley señala que se utilizaron las expresiones hiperquinético e hiperactivo y, en 1970, nace el término Trastorno de Déficit de Atención³. Debido a la incidencia de casos de niños que presentaban características de inatención, poca concentración, distractibilidad e hiperactividad, se realizan investigaciones para poder dar un nombre a la presencia de estos factores.

Pero es hasta 1980 cuando se habla de un Trastorno de Deficiencia de Atención con o sin Hiperactividad⁴ (DSM III, tercera edición del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, de la Asociación Estadounidense de Psiquiatría). En esta época se le da la importancia necesaria para llevar estudios más serios enfocados al diagnóstico y tratamiento a niños que presentan el cuadro comportamental antes descrito.

Recientemente, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reporta que a nivel mundial existe una prevalencia del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) del 5%. En México, en el año 2005, Leticia Munive Báez neuropediatra del Instituto Nacional de Pediatría (INP) estimó que entre el 4% y 12% de la población infantil presenta diagnóstico de Déficit de Atención e Hiperactividad con gran incidencia durante su etapa escolar⁵.

Debido a su incidencia y a la frecuente búsqueda de las posibles causas del Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad, a partir del 2006 en el mes de abril, se ha llevado a cabo la Semana Nacional Contra el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad organizada por el INP y en el cual participan múltiples instituciones, asociaciones y profesionales interesados en el tema.

Es así como en abril del 2008, Elizabeth Landeros, presidenta de la Asociación Mexicana de Psiquiatría Infantil (AMPI), dice lo siguiente: “En nuestro país existen alrededor de 1.6 millones de niños y adolescentes que viven con el llamado

³ ARMSTRONG, Thomas. *Síndrome de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (ADD/ADHD)* Pág. 36

⁴ DE LA GARZA GUTIÉRREZ, Fidel. *Hiperactividad y Déficit de Atención en niños y adulto*. Pág. 13

⁵ http://www.medicinadigital.com/index.php?option=com_content&task=view&id=464&Itemid=135 5 de mayo 2008 18:05 hrs.

Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad que deriva en conflictos familiares, sociales y académicos para quienes lo padecen" ⁶.

Las estadísticas más recientes en cuanto al TDAH en México siguen siendo las mismas, lo cual significa que este padecimiento sigue siendo frecuente en los niños.

Pero ¿Qué es el Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad? Para poder dar a un padecimiento el nombre de TDAH y proporcionar como tal el diagnóstico, es necesario tomar en cuenta ciertas características que a continuación se mencionan.

1.1 Características del TDAH

Un trastorno es un conjunto de síntomas que tienen una causa (etiología) común y que siguen una evolución igual. No se usa la palabra enfermedad ya que ésta denota la existencia de una cierta lesión en algún órgano que, en este caso, sería el cerebro, lo cuál no es correcto. El TDA es una alteración en lo que consideramos como el comportamiento "normal" de un niño.⁷

El Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad es un padecimiento crónico que se caracteriza por una tríada de síntomas consistente en inatención, hiperactividad e impulsividad que afectan el funcionamiento académico, social y laboral de quien lo padece.⁸

Esta definición es usada regularmente por diversos autores aunque de distinta forma, sin embargo los síntomas o características son los mismos.

Inatención:

Se observa cuando los niños se distraen fácilmente y su desempeño en actividades del hogar y la escuela es poco efectivo.

La inatención tiene como síntomas los siguientes:

- *No presta atención a los detalles.* Un ejemplo de esto puede ser cuando observa algún objeto y no se fija de que color es.

⁶ http://www.medicinadigital.com/index.php?option=com_content&task=view&id=9041&Itemid=136 5 de mayo 2008 18:00 hrs.

⁷ VAN WIELINK, Guillermo. *Déficit d atención con hiperactividad*. Pág. 15

⁸ <http://www.aeintegral.com.mx/ampiweb/padres/m1act.htm> 5 de mayo 2008 18:07 hrs.

- *Comete errores por descuido.* Esto se refiere a cometer errores de manera constante como son olvidos, confusión de tareas y realización de actividades, etc.
- *Tiene dificultad para iniciar las tareas o mantenerse en ellas después de empezarlas.* Esto se refiere a la realización de actividades o labores para las cuales les es difícil empezarlas ya que se distraen y por esta misma razón les cuesta trabajo mantenerse en ellas.
- *Se aburren fácilmente.* Principalmente lo que se refiere a aprender contenidos en la escuela y si no se les muestra de manera atractiva a sus sentidos, muestran aburrimiento.
- *Tienen dificultad para recordar.* Les cuesta trabajo recordar nombres, cosas, detalles, el periodo en el cual retienen en su memoria las cosas es corto debido a que no prestan mucha atención.
- *Dificultad para concentrarse.* Esta se da ante cualquier asunto y también puede manifestarse en la dificultad para diferenciar una cosa de otra.
- *Son desorganizados.* Sus cosas son un desorden, debido al aburrimiento y a la dificultad para mantenerse en actividades.
- *A menudo pierde cosas.* Debido a que no prestan atención a los detalles y son muy mal organizados, tienden a olvidar y a perder sus cosas principalmente en la escuela, puede ser un suéter, un sacapuntas, etc.

La falta de atención en la escuela, puede deberse a que los contenidos que se imparten son poco atractivos para los niños, es decir, si estos se muestran de manera novedosa y atractiva como dice Guillermo Van Wielink “En algunos pequeños con este trastorno los periodos de atención pueden llegar a ser normales”.⁹ Nosotros los formadores y educadores de los niños tenemos el compromiso de enseñar de la manera más idónea para que se pueda dar el proceso enseñanza-aprendizaje tomando en cuenta recursos visuales, auditivos y táctiles (palpables), haciendo uso de la tecnología que tenemos hoy en día.

⁹ VAN WIELINK, Guillermo. Op cit. Pág. 41

Es importante mencionar que no todos los educadores (as) tienen los conocimientos para emplear recursos didácticos ni para dar uso de la tecnología, sin embargo considero que la tecnología no lo es todo y que es cuestión de usar un poco su creatividad para mostrar contenidos de manera novedosa y divertida.

Otra de las características de la triada de síntomas del TDAH es la siguiente.

Hiperactividad:

Es la energía excesiva que produce actividad motora. Los niños hiperactivos constantemente están en movimiento, hablando, gesticulado, haciendo ruidos y explorando su entorno, sin un orden ni propósito definido.

Los síntomas que describen la hiperactividad son los siguientes:

- *Se muestra acelerado.* Esto quiere decir que en todas las actividades que realiza, parece tener mucha prisa por acabarlas o bien, si no se encuentra realizando alguna actividad se muestra inquieto caminando o corriendo de un lugar a otro.
- *A menudo corre o trepa en lugares y en momentos inoportunos.* Los niños con demasiada energía tienden a ser inquietos y explotan su energía corriendo, trepando y bajando en los lugares atractivos para ellos sin pensar en el peligro que puedan implicar.
- *Manifiesta inquietud en manos y pies.* Un niño con exceso de energía mal canalizada, constantemente va a estar en movimiento pero si se le reprime manteniéndolo sentado en un lugar, su inquietud se va a reflejar en manos y pies.
- *Habla excesivamente.* Un niño con hiperactividad habla demasiado y por lo general, no se entienden sus ideas, debido a la rapidez con la cual se expresan.
- *Le cuesta trabajo permanecer quieto en un solo lugar.* Un niño que posee demasiada energía debe estar en movimiento constante por lo tanto, le cuesta trabajo permanecer sentado.

- *Realizan movimientos innecesarios.* Los movimientos que realizan estos niños son poco precisos al saltar, correr, caminar etc. y esto es porque realizan movimientos de más, es decir, emplean otras partes del cuerpo que no son necesarias para determinados movimientos.
- *Excitabilidad extrema.* Esto se refiere a los cambios repentinos de ánimo, como es el paso del llanto a la risa o viceversa.
- *Constantes tropiezos con objetos, personas o animales.* Sus movimientos al ser poco precisos generan constantes tropiezos con todo lo que se encuentre a su alrededor.

Es importante mencionar que para diagnosticar a un niño como hiperactivo debe de presentar por lo menos seis de estos síntomas en un mínimo de tiempo de seis meses, esto, de acuerdo a datos referidos por la Neuropsicóloga Verónica Rueda.

El término hiperactividad es tan común hoy en día, que muchos padres de familia nombran como hiperactivos a sus hijos por el simple hecho de estar en movimiento, para ello, es necesario tener en cuenta que también existen niños kinestésicos, es decir, que aprenden tocando y permaneciendo en movimiento constante.

Durante la primera infancia, uno de los intereses predominantes en el niño, está enfocado al área motriz y que es en esta etapa cuando la hiperactividad puede interpretarse como un signo de salud y bienestar del niño, ya que, un niño sano, cuyo desarrollo y alimentación son correctos, tiene un permanente interés por aprender, conocer, tocar, saborear, disfrutar y asimilar cosas nuevas y diferentes.¹⁰

Otro síntoma que se encuentra relacionado con la hiperactividad es la impulsividad.

Impulsividad:

Los niños que son impulsivos, actúan antes de pensar las cosas. Suelen precipitarse en muchos actos de su vida y actuar irreflexivamente, sin medir las posibles consecuencias.

Es un síntoma muy limitante, su comportamiento molesta e irrita a los demás, ya que convivir con ellos es conflictivo.

Algunos síntomas de impulsividad son los siguientes:

¹⁰ STEVENSON D., Lindsay. *Niños genios, hiperactivos o malcriados.* Pág. 65

- *Hablan mucho e inapropiadamente.* Este síntoma va muy relacionado con la hiperactividad ya que hablan en demasía y generalmente no se les entiende el mensaje debido a la rapidez con que hablan.
- *Tienen dificultades para esperar.* Una persona impulsiva se desespera al permanecer mucho tiempo en largas filas y suele generar problemas.
- *Frecuentemente interrumpen en charlas.* El actuar sin pensar antes, suele generar que cuando quieran decir algo lo digan en el momento sin importar la interrupción de una charla.
- *En juegos, no esperan su turno.* Les cuesta mucho trabajo entender las reglas de los juegos y esperar su turno dentro de ellos, lo cual suele causar peleas entre sus compañeros.
- *Frecuentemente violan las reglas y los límites.* Su misma impulsividad los hace actuar sin pensar, por lo tanto, no entienden de reglas ni límites, ya sea en juegos, dentro de la escuela o de su propia casa.
- *Cuando se les pone una tarea o alguna actividad, la terminan rápido sin importar que la realicen bien.* Una persona impulsiva actúa con rapidez, su objetivo es terminar rápido cualquier actividad impuesta no importando el cómo realice ésta.
- *Son agresivos.* Cuando a una persona le cuesta trabajo esperar su turno, entender de reglas y límites dentro de toda una sociedad, suele generar molestia en los otros y una persona impulsiva, al darse cuenta de ello, actúa agresivamente aún cuando su intención no sea esa. Esta agresividad tiene como consecuencia poca socialización con los otros.

Todos estos síntomas suelen causar muchos problemas de índole social y personal ya que constantemente viven el rechazo de la sociedad y esto genera baja autoestima, entre otras cosas.

Actualmente son muy comunes estos síntomas en los niños en algunos prevalece la hiperactividad, en otros la inatención y en otros la impulsividad, sin embargo, son síntomas que años atrás no se presentaban con tanta frecuencia como ahora y debido a la “novedad” de este trastorno y a la falta de actualización docente, no se

cuenta con los conocimientos necesarios para identificar y atender a niños con TDAH. Ahora que se tienen las características del TDAH, es importante saber qué lo causa y cuáles son sus consecuencias.

1.2 Causas del TDAH

No se sabe con certeza qué causa el TDAH debido a que existen diversos factores, entre ellos el neurólogo del Hospital Ángeles (Lomas. Cd, de México) Guillermo Van Wielink describe los siguientes:¹¹

- *De origen genético.* Cuando los padres tienen TDAH existe probabilidad de que sus hijos presenten este trastorno, en algunos casos se han identificado genes específicos que determina que esta condición se herede.
- *Encefalopatía Hipóxica/isquémica.* Se le denomina así al daño al cerebro ocasionado por la falta parcial de oxígeno y una pobre circulación de la sangre que ocurre antes, durante o después del parto. Este tipo de daño es frecuente en los bebés que nacen prematuros.
- *Traumatismo craneal.* Un fuerte golpe en la cabeza puede causar daño cerebral.
- *Radiación.* El daño del cerebro por exposición a los rayos X depende de la cantidad de radiación recibida y la edad del individuo, el embrión en desarrollo es más sensible que un adulto.
- *Toxinas externas.* La intoxicación por *plomo* puede producir TDA, esto puede ocurrir por inhalación, contacto físico o por ingerir objetos que contengan este. Otro factor es el consumo excesivo de drogas, tabaco y alcohol durante el embarazo.
- *Medicamentos.* Medicamentos como el albuferol y propanolol que son preventivos de la migraña, así como el fenobarbital que es anticonvulsivo y la teofilina que es utilizada para enfermedades respiratorias, producen trastornos del comportamiento idénticos al TDA.

Otras causas también descritas por el Neurólogo Wielink, son:¹²

¹¹ VAN WIELINK, Guillermo. Op. Cit. Págs. 21-24

- *Presencia de problemas químicos a nivel cerebral*¹³. Algunos estudios muestran que ciertos neurotransmisores que son sustancias químicas del cerebro que permiten la transmisión de la información de una neurona a otra son deficientes.
- *Problemas neurofisiológicos*¹⁴. Se refiere a la comunicación entre neuronas, la cual se detecta por medio de un encefalograma y es por medio de éste que se ha descubierto que la actividad eléctrica de un niño con TDAH es más lenta.
- *Malnutrición*. Puede causar muerte cerebral o interferir en los procesos de organizaciones de las condiciones dendríticas y mielinización y, de este modo, provocar un retraso en la adquisición de ciertas funciones superiores.¹⁵

Otro punto que es importante mencionar es la familia ya que es ésta la que nos educa primordialmente y, es por ello que nos puede afectar cuando nos proporciona vivencias con continuo estrés emocional y psicológico que inducen a la ansiedad. Todos estos pueden provocar la aparición y persistencia del TDAH.

Todas estas son causas posibles de Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad, sin embargo aún no se encuentra la causa precisa de este daño. De lo que sí se tiene conocimiento es de las consecuencias que existen por no ser tratado este daño adecuadamente y son las siguientes.

1.3 Consecuencias del TDAH

De la Garza Gutiérrez dice que en el TDAH existen consecuencias en la escuela como son:¹⁶

- *No completar tareas*. La falta de atención y la hiperactividad provocan que al niño le cueste trabajo realizar tareas, desde empezarlas hasta terminarlas

¹² Ibidem. Págs. 24-25

¹³ <http://www.tdah.org.mx/gtdahcausa.htm> 5 de mayo del 2008 18:26hrs.

¹⁴ Ídem

¹⁵ BORUNDA MIRANDA, Gloria Hilda. *Actividades terapéuticas para niños con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad. Guía práctica con ejercicios*. Pág. 30

¹⁶ DE LA GARZA GUTIÉRREZ, Fidel. Op. cit. Pág.29

pero si el TDAH no es atendido, ésta situación su puede presentar de por vida en cualquier actividad impuesta.

- *Tener bajas calificaciones.* El TDAH es un trastorno que provoca muchos problemas además de fisiológicos dentro de la escuela y, si no es comprendido ni atendido, la falta de atención y concentración en sus tareas va a provocar bajo rendimiento escolar y, por ende, bajas calificaciones.
- *Presentar problemas para realizar sus actividades.* Sin atención, retención, con hiperactividad e impulsividad es difícil que un niño pueda realizar sus actividades, conforme pasa el tiempo, se puede ir agravando el problema y el niño en su vida adulta seguirá teniendo problemas.
- *Fallar al seguir reglas.* Un niño con TDAH va a presentar problemas para seguir reglas en la casa, en la escuela y dentro de la sociedad y no precisamente porque sea su intención, sino porque sus limitaciones no se lo permiten.
- *Tener problemas interpersonales.* Un niño que es etiquetado como “niño problema” va a vivir en constante rechazo por parte de los que se encuentran a su alrededor, llámense padres, maestros o compañeros. Lo cual va a traer consigo problemas para relacionarse con otros.
- *Padecer problemas de disciplina.* Un niño impulsivo va a mostrarse impulsivo y respondón, es por ello que frecuentemente retará a quien le quiera imponer disciplina.
- *Tener deserción y cambios de escuela.* Un niño con “problemas” de cualquier índole usualmente va a desertar en sus actividades pero si a esto se le suma reportes constante por parte de sus profesores va a llegar el momento en que se tenga que cambiar de escuela y comenzar de nuevo pero mientras no se atienda el TDAH esta situación seguirá repitiéndose.

Además de éstas, las consecuencias que puede tener un niño que tiene TDAH y no está siendo atendido como es debido, son: problemas de aprendizaje (lectura, escritura. matemáticas, entre otras.) ansiedad y depresión.

Es importante no esperar las consecuencias del TDAH, en cuanto se tenga duda de este trastorno acudir con especialistas para atender cualquier situación que no sea normal en el comportamiento del niño, ya que como podemos darnos cuenta, un pequeño problema se puede ir agravando conforme pasa el tiempo.

Para que no suceda esto ni se confundan otros padecimientos con el TDAH, es necesario elaborar un diagnóstico adecuado en el cual se requiere la intervención del neurólogo, el pediatra, psiquiatra, psicólogo y el pedagogo.

1.4 Diagnóstico

En realidad no existe un estudio o una prueba que determine el TDAH, se requiere de un diagnóstico diferencial, es decir, de diversas pruebas realizadas que a continuación mencionaré. Todo ello, a partir de una revisión exhaustiva de diversas fuentes de información.

- El diagnóstico del *neurólogo* consiste en pruebas de sangre, orina, rayos X, encefalograma, resonancia nuclear magnética y otros, con los cuales va a revisar el funcionamiento del cerebro y verificar la existencia de un daño o lesión que puedan provocar TDAH.

Los estudios más importantes que va a realizar el neurólogo es el encefalograma (registro de la actividad eléctrica de la corteza cerebral, que se obtiene con electrodos colocados en la piel de la cabeza), neuroimagen (método para obtener información del sistema nervioso) dentro de este se encuentra la resonancia magnética(imagen que se adquiere con base en el campo magnético de los elementos químicos que hay en el cerebro), tomografías (Rayos x) y la morfometría (ve y mide la forma de las estructuras cerebrales)¹⁷.

- El diagnóstico del *pediatra* consiste en una revisión completa en la cual se tomen en cuenta aspectos como la visión y la audición así como tener en cuenta el consumo de medicamentos y sus consecuencias, éste da la orden para realizar exámenes de laboratorio como: biometría hemática, pruebas de función hepática, pruebas de función tiroidea y nivel de plomo en sangre.

¹⁷ VAN WIELINK, Guillermo. Op. cit. Págs. 59-64

El diagnóstico de éste es primordial para que el neurólogo pueda realizar una evaluación al niño, debido a que estas pruebas son complementarias.

- El diagnóstico del *psicólogo y psiquiatra* consiste primero en la realización de una entrevista con los padres ya que estos son la fuente de información más importante además de tomar en cuenta que los padres de niños con TDAH tienen mayor incidencia en problemas psicológicos; posteriormente la elaboración de pruebas psicológicas como tests que van a ayudar a medir el nivel de atención y concentración así como la inteligencia del niño para después realizar una evaluación de las funciones cognitivas y cuestionarios para padres y maestros del niño.
- El diagnóstico del *pedagogo* va muy relacionado con el del psicólogo, hablando de la psicopedagogía, ya que puede aplicar tests o pruebas psicométricas, además de realizar una historia de desarrollo del niño, entrevistas con los padres, etc. En lo que refiere al pedagogo como docente, es importante realizar un diagnóstico del niño a inicio de ciclo escolar, en el cual tenga en cuenta sus capacidades intelectuales y el desarrollo de estas así como sus niveles de atención y concentración. También como docente posee estrategias educativas adecuadas a las necesidades de los niños para emplear en el aula.

Me parece relevante mencionar que el diagnóstico sólo puede ser determinado por especialistas en la materia y no por padres o maestros que creen que porque el niño presente ciertas características del TDAH, ya lo padecen y lo peor de todo es que en las escuelas por no batallar con “niños problema” piden a los padres que sean medicados antes de enviarlos a la escuela.

Existen ciertas situaciones que pueden confundirse con TDAH si no se hace una evaluación completa al niño para poder emitir un diagnóstico acertado o bien si es que no se recurre a un especialista en estos casos.

Las situaciones son las siguientes:¹⁸

¹⁸ PIEDRAFITA MORENO, José Manuel. Op. cit. Pág.28

- *Dificultades de aprendizaje.* Un niño que, por ejemplo, sufre de dislexia, va a tener muchos problemas para seguir el ritmo de la clase y adaptarse a ella.
- *Problemas de visión.* Si un niño no ve bien, seguramente no va a concentrarse ni prestar atención.
- *Problemas de audición.* Nunca se puede atender si no se oye con propiedad. Los niños que se mueven mucho porque no pueden oír correctamente tendrían que estar sentados en las primeras filas; pero como son molestos, les relegan a las últimas filas, donde se mueven más aún y atienden menos.
- *Trastornos del sueño.* Cuando una persona no ha descansado, no rinde bien ni puede estar concentrada siquiera por unos minutos.
- *Anemia.* El cuerpo necesita nutrientes para funcionar adecuadamente. La alimentación de los niños es cada vez más deficiente en nutrientes. No hay que dejarse engañar por la publicidad que intenta vendernos alimentos aparentemente muy sanos.
- *Dieta indebida o malnutrición.* Algunos niños consumen en su desayuno alimentos que no son nutritivos como son: galletas, dulces y frituras y algunos otros, simplemente no desayunan, razón por la cual no pueden concentrarse.
- *Exceso de cafeína.* Los niños toman muchos refrescos. Existen los de sabor cola y también los llamados “energizantes”, los cuales contienen cafeína. La cafeína es una sustancia excitante que no permite que el niño se concentre.
- *Exceso de azúcar.* Los azúcares blancos dan mucha energía pero, tan pronto como viene, se va. El niño se encuentra de pronto con que la energía que tenía al principio de la mañana se ha esfumado de repente y ya no se puede concentrar.

Considero que todos los aspectos antes mencionados deben ser tomados en cuenta por lo padres y docentes ya que a veces no comprenden el por qué sus hijos o alumnos se comportan así (con exceso de energía y falta de atención) y muchas veces eso es propiciado por ellos mismos como en el caso de la anemia, malnutrición, cafeína y azúcares.

Para descartar que el niño presente un problema o no, es necesario primero controlar todos estos aspectos, tener el cuidado de que el niño se alimente adecuadamente, duerma y descanse bien, y por último que escuche y vea bien.

Desafortunadamente algunos de estos aspectos se descubren ya que no se les realizan frecuentemente exámenes médicos a los niños pero si se procuran podrían prevenir muchas situaciones que, a la larga, afectan a los niños en su aprendizaje y en su salud.

Además de esto, es fundamental tener conocimiento de los tratamientos que existen para el TDAH, el tratamiento debe ser multidisciplinario, lo cual requiere de diversos especialistas trabajando cada uno en su área con el niño.

1.5 Tratamiento

Los principales tratamientos que existen para el TDAH son el psicosocial y con fármacos, sin embargo también existen tratamientos alternativos los cuales son considerados irrelevantes para los doctores ya que no creen en su éxito.

El primer tratamiento que voy a abordar es el psicosocial, posteriormente el de fármacos y finalmente los tratamientos alternativos.

a) Tratamiento psicosocial

El doctor Guillermo Van Wielink se refiere al tratamiento psicosocial como la modificación de conducta (sujeto) y modificación de educación (sujeto, padres, hermanos, profesores).

Mientras que Fidel de la Garza Gutiérrez dice que el apoyo psicosocial incluye:¹⁹

- a) Educación
- b) Seguimiento del paciente durante el tratamiento
- c) Enseñanza de estrategias para manejar el TDAH
- d) Tratamiento psicológico para el paciente y su familia.

- *Modificación de la conducta.* Consiste en “trasplantar” al sujeto con TDAH pensamientos y conductas correctos que lo ayuden a subsanar sus

¹⁹ DE LA GARZA GUTIERREZ, Fidel. Op. cit. Pág. 135

deficiencias.²⁰ Este tratamiento requiere del psicólogo y del pedagogo, éste último elaborando un programa en donde se modifique la conducta del individuo con TDAH coadyuvando a una mayor concentración y a un control de su energía. Consiste en la sustitución de reforzadores materiales tales como premios por reforzadores sociales como las felicitaciones.

Actualmente un tipo de modificación de conducta es el neurofeedback, un tratamiento científico que permite a los pacientes el desarrollo de estrategias que coadyuvan a modificar y entrenar la actividad cerebral. Mediante la colocación de electrodos, en cada sesión se registra la actividad eléctrica del cerebro, misma que el paciente observa en tiempo real en el monitor de una computadora. Al paciente se le instruye para que aprenda a incrementar o disminuir los valores de cada una de las ondas cerebrales.²¹

Este tratamiento consiste en un evaluación diagnóstica mediante la actividad eléctrica cerebral con un electroencefalograma y un mapeo cerebral, posteriormente se da el tratamiento conectando electrodos a nivel del cuero cabelludo registrando la actividad eléctrica como si fuera un encefalograma mientras que el paciente se encuentra observando una máquina con pantalla en la que se ve un “juego”, uno de estos juegos consiste en una nave; la nave morada representa la frecuencia baja, la nave amarilla, la frecuencia alta y la nave verde o azul representa las frecuencias medias, el paciente debe lograr equilibrar estas frecuencias entrenando su mente.

Este tipo de tratamiento es conductual y en el caso de un niño con TDAH se logra concentración, organización, mejora de autoestima, entre otros beneficios.

- *Modificación de la educación.* Consiste en educar al sujeto, a los padres y a los profesores sobre el TDAH, asistiendo a conferencias, pláticas o seminarios al igual que a terapia. En este tratamiento se requiere del pedagogo como docente, capacitador y psicopedagogo ya

²⁰ VAN WIELINK. Guillermo.Op. Cit. Pág. 87

²¹ <http://www.neurofeedback.com.mx/index.html> 1 de Octubre 13:00 hrs.

que su función es informar y proporcionar terapia al individuo con TDAH.

Este último lleva consigo el seguimiento del paciente durante el tratamiento, al igual que la enseñanza para padres y maestros acerca de las estrategias que pueden emplear con un niño que padece TDAH y también un tratamiento psicológico para los niños con este trastorno y para sus familiares.

Principalmente la familia debe tener información acerca de este trastorno que afecta al niño, ya que ésta es una parte importante para que el tratamiento funcione y exista una mejoría en el niño al sentir comprensión y apoyo por parte ellos y no un rechazo que genere baja autoestima, entre otros problemas.

Educar sobre el problema, sus causas y consecuencias hace que la familia conozca el porqué de la inconsistencia en el rendimiento del niño, así como la razón de la falta de atención, la impulsividad y la hiperactividad.

Esta parte del tratamiento psicosocial me parece de vital importancia ya que de esto depende que el niño mejore o empeore en su conducta.

Otro de los tratamientos que existen y que se utiliza frecuentemente es el de fármacos.

b) Tratamiento con fármacos

Consiste en la medicación del niño con estimulantes (metilfenidato o ritalín), antidepresivos (Prozac) y otros fármacos (atomoxetina y clonidina). En este tipo de tratamiento se requiere del pediatra, neurólogo y psiquiatra.

Este tratamiento me parece muy delicado por el uso de medicamentos y las dosis exactas para las necesidades de cada niño además, éste, en un uso continuo, puede causar adicción.

Actualmente el tema del tratamiento con fármacos es un tanto polémico ya que algunos están a favor y otros en contra de él, evidentemente los que están a su favor, aseguran excelentes resultados, y los que no, muestran las contraindicaciones del uso de estos.

Al ser diagnosticado con TDAH, existen tratamientos integrales y farmacológicos que promueven la regulación del buen funcionamiento cerebral, que regulan directamente

a la dopamina, mejorando la circulación de estos neurotransmisores y provocando que la hiperactividad e impulsividad que se presenta día a día se controle.²²

Por su parte el doctor Guillermo Van Wielink en su libro “Déficit de Atención con Hiperactividad” dice lo siguiente:

Los estimulantes actúan incrementando los estados de vigilia de alerta y la actividad. Aparentemente es paradójico que se administre un estimulante al niño con TDAH, quien parece estar sobreestimulado, porque es hiperactivo. Sin embargo, lo que ocurre es que el estimulante, al activar (estimular) el cerebro, en especial a los lóbulos frontales, permite que las funciones se normalicen y el niño tenga más control, en sí mismo a la vez que mejora su atención.

El fármaco más conocido y utilizado como tratamiento para el TDAH es el metilfenidato o ritalin. “Actualmente en México existen dos estimulantes de rápida y larga duración. Ambos contienen metilfenidato (concerta, ritalin- LA)”²³

¿Cuál es la dosis de este medicamento? Autores como Van Wielink y De la Garza Gutiérrez, nos dicen que cuando se inicia un tratamiento la dosis debe ser diaria, después de uno o dos meses, sólo se prescribe los días escolares del niño. Esto, también depende del grado de hiperactividad e impulsividad que tenga el niño. Los estimulantes se administran por vía oral y llegan rápidamente a niveles efectivos en el sistema nervioso central, y se eliminan en el organismo antes de 24 horas.

El emplear frecuentemente medicamentos ¿causa adicción? No hay pruebas evidentes de que el ritalin u otros psicoestimulantes conduzcan al abuso de las drogas, sin embargo Thomas Armstrong nos dice “La ritalina es químicamente similar a la cocaína y hay indicios de que las ratas que han sido expuestas a la ritalina a comienzos de su desarrollo podrían, más adelante, tener mayor tendencia a la autoadministración de cocaína que las ratas que no fueron previamente expuestas”²⁴

El uso constante de cualquier medicamento puede traer consecuencias graves y, con mayor razón, cuando se trata de un medicamento que causa gran impacto en la

²² <http://www.esmas.com/salud/home/noticiashoy/584147.html> 26 de mayo del 2008 12:10 hrs.

²³ DE LA GARZA GUTIÉRREZ, Fidel. Op. Cit. Pág. 123

²⁴ ARMSTRONG, Thomas. Op. cit. Pág. 28

conducta del niño y que aparentemente va a regular al cerebro de manera que su funcionamiento sea normal.

Mucho se habla de si la medicación es benéfica o dañina, lo que es cierto es que a algunos niños les puede beneficiar y a otros perjudicar, hay que recordar que todos los organismos son diferentes. Es como la leche, ésta es muy buena y puede traer grandes beneficios a los niños, sin embargo hay organismos que no la toleran por la cantidad de lactosa que contienen.

En cuanto a los efectos secundarios que puede traer la medicación se encuentran muchos, pero en especial buscando en Internet acerca de los lugares que vendían ritalin o concerta me encontré con lo siguiente:²⁵

METILFENIDATO

CADA TABLETA CONTIENE: Clorhidrato de metilfenidato 10 y 20 mg Excipiente c.b.p. 1 tableta

REACCIONES SECUNDARIAS Y ADVERSAS: Reacciones adversas más comunes al metilfenidato son el nerviosismo y el insomnio. Durante los primeros días de la terapia en niños puede ocurrir anorexia (reportada como pérdida o decremento del apetito). La náusea y el vómito raramente pueden ocurrir. Una reacción posible por el uso prolongado de estimulantes en los niños es la inhibición del crecimiento, pueden ceder reduciendo la dosis en caso de que se vuelvan un problema continuo para el paciente. El dolor abdominal y de cabeza son reacciones adversas comunes generalmente ligeras e infrecuentes; pueden ceder reduciendo la dosis en caso de que se vuelvan un problema continuo para el paciente. La discontinuación abrupta de metilfenidato puede producir dependencia psicológica llevando a un síndrome que se caracteriza por: depresión mental, disforia, conducta inusual, sensación de fatiga y debilidad.

OTRAS REACCIONES ADVERSAS DEL METILFENIDATO POCO FRECUENTES SON: Mareos, palpitaciones, somnolencia, taquicardia, hipertensión, hipotensión y psicosis tóxica.

MANIFESTACIONES SEVERAS DE LA SOBREDOSIS DE METILFENIDATO INCLUYEN: Arritmias cardíacas incluyendo bloqueo cardíaco. colapso circulatorio. crisis. coma v muerte.

²⁵ <http://plm.wyeth.com.mx/21198.htm> 8 de enero del 2007 20:31 hrs.

Esta información me causó gran impacto, debido a que el mismo medicamento entre sus indicaciones, trae todas las consecuencias incluyendo la muerte, sin embargo día con día aumenta el consumo de éste y la prescripción por parte de los médicos y de centros educativos.

En lo personal, no estoy de acuerdo que en primera instancia sea empleada la medicación, considero que existen otras alternativas menos drásticas para atender el TDAH y que se pueden utilizar antes de tratar con un medicamento ya que no se debe tomar a la ligera el uso de fármacos.

Actualmente se ha dado más difusión a tratamientos considerados como alternativos que pueden traer grandes beneficios a niños con TDAH.

A continuación, mencionaré algunas de las terapias alternativas para este trastorno.

c) Tratamientos alternativos

Se les denomina tratamientos alternativos a todos aquellos tratamientos naturales que pueden beneficiar al niño y que no son agresivos a su salud ya que no causan ningún daño.

José Manuel Piedrafita un educador español y adulto que en su niñez presentó TDAH, en sus pláticas, conferencias y libros, habla frecuentemente de los tratamientos alternativos y no agresivos para los niños con TDAH. Entre estos se encuentran el consumo de alga azul-verde; una dieta equilibrada que incluya carne, vegetales, cereales, frutas y verduras; el consumo del Ginkgo-biloba, tomar flores de Bach, realización de actividades como el tai chi, meditación y el yoga.

Otros tratamientos que también son considerados alternativos y que hoy en día han adquirido cierta relevancia son delfinoterapia y equinoterapia.

A continuación daré una breve explicación de cada una de estas y de los beneficios que proporcionan a los niños con TDAH.

- Alga azul-verde o mejor conocida como alga spirulina

Es un alga microscópica, que crece en forma natural en las aguas cálidas de ciertos lagos salobres alcalinos de regiones subtropicales de América, África y Asia. Es una gran fuente de proteína totalmente vegetal, rica en carotenoides y ácidos grasos

esenciales. Posee un amplio perfil de vitaminas y sustancias pro-bióticas, que la convierten en uno de los alimentos más saludables del mundo.²⁶

El alga azul-verde es conocida desde hace mucho tiempo, los aztecas la valoraban mucho y, se dice que crecía en el Lago de Texcoco aquí en la ciudad de México.

En general, las algas “Contienen vitaminas A, B1, B2, B3, B6, B12, C, D, D1, D2, F, E, K, PP, aminoácidos, clorofila, materias grasas, hidratos de carbono, sustancias antibióticas”²⁷

José Manuel Piedrafita comenta que el alga azul-verde no sólo elimina toxinas del cuerpo sino que además ayuda a absorber nutrientes.

En particular, un estudio en Nicaragua, en 1992, mostró los efectos beneficiosos del alga azul-verde en el rendimiento escolar de los niños. Los resultados revelaron un aumento en la media académica de 1.482 niños que ingirieron un gramo de alga azul-verde diariamente, Los resultados académicos subieron de un punto de referencia del 64% al 81% un año más tarde.²⁸

Me parece que el alga azul-verde o alga spirulina puede beneficiar a cualquier niño por la cantidad de vitaminas que se encuentran en ella y, que cada una de estas tienen diversas propiedades las cuales se van a ver reflejadas en la salud del niño; sin embargo, considero que no es un tratamiento único, creo que debe ser complementado con otro tipo de tratamientos para que verdaderamente se puedan observar grande mejoría en un niño con TDAH.

- Dieta equilibrada.

La alimentación de un niño es de vital importancia para que pueda aprender en la escuela, un niño que no se alimenta bien o que se va sin desayunar a la escuela, es un niño que no va a aprender adecuadamente, por el contrario un niño que se alimenta bien, que come a sus horas y se va desayunado a la escuela va a tener un mejor aprendizaje y una mejor concentración.

²⁶ http://www.spiralspring.com/c_SpirulinaTodos/fsParaTodos.html 1 de octubre del 2008 13:50 hrs.

²⁷ MORENO, Alonso. *Energía y Vitalidad*. Pág. 18

²⁸ PIEDRAFITA MORENO, José Manuel. Op. cit. Pág. 52.

La alimentación forma parte importante de nuestra vida, sin ella no podríamos sobrevivir, pero es más importante llevar una alimentación adecuada, basada en comer frutas, verduras, cereales y otros.

Dentro de las escuelas lo primero que los niños se encuentran en el recreo o a la hora de salida, son dulces, golosinas y sobre todo “papitas”, “chicharrones”, es decir, puros carbohidratos, desafortunadamente eso es lo que más abunda en las escuelas y lo que más consumen los niños.

Es un gran error creer que comiendo toda clase de alimentos comercializados, como las conservas, sopas ya preparadas y platos cocinados o medio cocinados, se ingieren todos los alimentos necesarios para el organismo, que de ellos tienen que extraer todas las materias indispensables a su existencia. Este error y falsa creencia, ocasiona la pérdida de, por lo menos, las tres cuartas partes de los alimentos, con el resultado de que se toman en cantidad muy excesiva las proteínas, las grasas y los hidratos de carbono, y casi nada de vitaminas, minerales y celulosa.²⁹

Los alimentos que nos intentan vender como sanos no los son desde ningún concepto: tienen alto contenido de grasas, azúcares refinadas y están llenos de conservantes, colorantes y saborizantes. Como son atractivos tanto por su presentación como por su sabor, hacen que el niño los prefiera a la comida natural.³⁰

La base fundamental de alimento que recibimos para que tengamos mejor rendimiento en nuestras actividades es el desayuno, si en hacemos un buen desayuno, nos mantendremos satisfechos buena parte del día y no estaremos ingiriendo alimento entre comidas.

José Manuel Piedrafita en su libro “Trastorno de Deficiencia de Atención. Realidad o conveniencia” aconseja un desayuno con:

- Cereales sin azúcar blanca, sin colorantes no conservantes o saborizantes.
- Leche de cereales (soya, avena, arroz)
- Azúcar morena o miel
- Fruta fresca o seca (una pieza)
- Galletas de arroz

²⁹ MORENO, Alonso. Op. cit. Pág. 28.

³⁰ PIEDRAFITA MORENO, José Manuel. Op. cit. Pág. 55

- Huevos (sólo uno)

Por otra parte, la Dra. Rosario Hellín dice que todos los días una determinada cantidad de la dieta debería provenir de cada uno de los cuatro grupos básicos de alimentos³¹:

- Grupo lácteo. Este grupo no sólo incluye la leche sino también el queso, así como los helados y los niños menores de 9 años deben de consumir de 2 a 3 tazas de leche al día.
- Proteínas. En este grupo se encuentran las carnes rojas, como la vaca, además de la ternera, el cerdo, el cordero, el pollo, los huevos y el pescado. Para equilibrar la dieta se necesitan dos raciones diarias de estos alimentos en combinación con otros.
- Frutas y verduras. Lo recomendable son cuatro piezas diarias como mínimo y hay que escoger una pieza que proporcione vitamina C y otra que proporcione vitamina A. Las frutas y verduras ricas en vitamina A son: el aguacate, la cereza, la manzana, melocotón, melón, uva, zanahorias etc. y en vitamina C son: la ciruela, la frambuesa, fresa, manzana, melocotón, uva, etc.
- Pan y cereales. Las necesidades diarias del grupo de los cereales deberán incluir cuatro rebanadas, por lo menos de cereal entero, enriquecido o pan horneado, o bien, productos derivados del grano, como la pasta, avena y arroz.

Lo ideal es consumir diariamente porciones de cada uno de los cuatro grupos de alimentos básicos, sin embargo actualmente se está dando paso en nuestro país a los productos congelados, enlatados y sobre todo a las pastas y las harinas, por lo tanto es importante no olvidar que productos naturales son los que proporcionan una mejor alimentación y aunque precisamente no se prohíban otro tipo de alimentos como las grasas, azúcares y harinas, es muy cierto que deben ser limitados para conservar una mejor salud.

- Ginkgo Biloba o también conocido como árbol de los cuarenta escudos.

³¹ HELLIN, Rosario. *Vitaminas y minerales. Guía completa*. Págs. 66-67

Es originario de China. De las hojas del ginkgo se obtiene un extracto que posee que al ingerirse aumentan la circulación sanguínea central y periférica, esto beneficia a las personas en edad madura y senil, ya que sus organismos pierden capacidad para irrigar adecuadamente los tejidos (especialmente el cerebro y eso provoca la pérdida de memoria, cansancio, confusión, depresión y ansiedad). De hecho tienen una función oxigenadora a nivel cerebral ya que aumentan la utilización de la glucosa. Hay 3 formas de consumir al Ginkgo Biloba; en forma de infusión, a través de elaboración de compresas y en comprimidos.³²

José Manuel Piedrafita educador y adulto con TDAH dice que el ginkgo biloba es una alternativa natural para aquellos que sufren TDAH. “Se les suministran 50 mg de ginkgo biloba durante 4 semanas a 36 pacientes de edades comprendidas entre los 3 y los 17 años. A los padres se les pidió que evaluaran cualquier cambio a las dos y a las cuatro semanas. Informaron que se redujeron conductas del tipo hiperactivo impulsivas y problemas sociales.”³³

El ginkgo biloba regularmente se receta a adultos mayores, sin embargo también puede brindar beneficios a niños y adolescentes y de la misma forma que el alga spirulina, considero que éste debe ser complemento de otro tipo de tratamiento como el psicosocial para observar avances en un niño con TDAH tanto en el hogar como en la escuela.

- Flores de Bach.

Se le denominan así al conjunto de 38 infusiones naturales extraídas de flores silvestres de la región de Gales, Gran Bretaña, cuyas propiedades curativas fueron descubiertas por el médico Edward Bach entre los años 1926 y 1934.³⁴

Edward Bach decía que la enfermedad era producida por un desequilibrio emocional, que se produce en el campo energético del ser vivo y que si persistía se manifestaba como enfermedad en el cuerpo físico del ser humano.

Un día se le ocurrió que las gotas de rocío que estaban sobre las flores debían participar de la energía de las mismas y por lo tanto de sus propiedades medicinales.

³² http://es.wikipedia.org/wiki/Ginkgo_biloba 1 de Diciembre del 2008 8:35 hrs.

³³ PIEDRAFITA MORENO, José Manuel. Op. cit. Pág. 54

³⁴ PASTORINO, Maria Luisa. *La medicina floral de Edward Bach*. Pág. 13

Pensó que el proceso de extraer su poder curativo debía ser tan simple como lo era la forma en que las abejas extraían la miel de las flores.

De todas sus observaciones dedujo el método para preparar los remedios florales que se usan hasta hoy. Se cortan los capullos de la flor elegida, buscando los de floración más perfecta, se colocan en un recipiente de vidrio delgado lleno de agua recogido en un arroyo claro inmediato y se dejan en el campo, en el mismo lugar en donde se han cortado, al sol durante algunas horas. De esta manera, al agua queda impregnada de la energía de la flor y es muy potente.³⁵

La terapia de flores de Bach consiste en acudir a consulta con un terapeuta especialista en éstas y mencionar todos los síntomas, así como las preocupaciones y los miedos. El terapeuta se encarga de hacer un preparado especial para cada paciente y éste preparado no debe de exceder a 5 flores, finalmente se determina una dosis y se ingieren gotas por vía oral.

Este tratamiento puede darse a niños, adolescentes y adultos ya que no causa ningún daño debido a que es natural.

La flor llamada Clematis se administra a personas que huyen a través de la fantasía, que son soñadoras y se les dificulta concentrarse, esta es para alumnos distraídos, por lo tanto puede ser benéfica para niños con TDAH.

La flor llamada impatiens es administrada a personas impacientes e irritables debido a la tensión física y mental que sufre el sujeto. Estas personas terminan en soledad porque nadie puede seguirlos. Me parece que ésta flor puede ayudar a los niños con TDAH ya que son impulsivos y por su agresividad e impaciencia tienden a vivir en soledad.

Crab apple actúa sobre la baja autoestima o sentimientos de vergüenza, esta flor es para personas que tienen la sensación de poseer algún defecto o que han ejercido una conducta que se considera incorrecta, estas personas se sienten en minusvalía. Considero que esta flor sirve a los niños con TDAH ya que ellos tienen baja autoestima y pueden llegar a sentirse avergonzados por lo que hacen aún sin

³⁵ Ibidem. Pág. 22

entenderlo y esto por las constantes críticas de padres y maestros hacía los pequeños.

En general las Flores de Bach son consideradas como un medicamento pero de origen natural y tienen grandes beneficios, ésta terapia existen desde hace mucho tiempo, sin embargo es hasta ahora cuando comienza a adquirir cierta popularidad.

- Yoga

La palabra yoga (yugo, union), tiene su raíz en el sánscrito que significa unir, atar juntar. El yoga es una práctica muy antigua originado en la India y su contenido esencial, son una serie de disciplinas mentales y físicas que nos ayudan a mantenernos alertados, receptivos y saludables, cambiando nuestra forma de percibir el mundo que nos rodea y la forma en la que vivimos. En el yoga no existe una creencia dogmática, tan solo se pide que uno tenga fé en el propio potencial que llevamos dentro. Todos internamente estamos hechos de cualidades y se trata de hacerlas aflorar mediante esta técnica personal. Con el yoga se conduce la energía adecuadamente por caminos constructivos, obteniendo la quietud mental, la calma, el bienestar y la felicidad. También con su práctica se pueden combatir las enfermedades que perturban nuestro equilibrio físico y psíquico; nos pondrá en una disposición mental adecuada para el trabajo, a disipar dudas e indecisiones, a desarrollar sensibilidad, a desterrar la pereza y a desarrollar poder de concentración.³⁶

El yoga comprende varias disciplinas como son los asanas (posturas físicas), pramayana (respiraciones), savasana (relajación) alimentación y pensamiento positivo o meditación.

El yoga proporciona beneficios como mayor concentración y equilibrio de energía en cuanto a que su práctica consiste en la relajación y en la realización de ciertos ejercicios que permiten un riego sanguíneo proporcionandonos energía de manera equilibrada.

En kundalini yoga existen ejercicios para un balance emocional, para la fátiga mental, para la depresión, para balancear el sistema nervioso, para la ansiedad y otros.

³⁶ <http://www.enplenitud.com/cursos/yoga.asp> 2 de marzo del 2007 17:51 hrs.

- Delfinoterapia

La terapia asistida con delfines es una importante alternativa como método de tratamiento para pacientes con trastornos neurológicos y alteraciones psicológicas, ya que diversos estudios han concluido que el sistema nervioso del paciente es estimulado a través del contacto con el sonido que estos mamíferos marinos emiten de manera natural. Las investigaciones realizadas sugieren la hipótesis de que la estimulación sobre el sistema nervioso ocurre una vez que las ondas de sonido producidas por el delfín entre ondas ultrasónicas provocan vibración en las membranas neuronales del paciente, este efecto mecánico del sonido sobre el sistema nervioso favorecen la función celular activando mecanismos para la producción de hormonas relacionadas con la relajación y la mitigación del dolor.³⁷

Al acudir a una visita guiada de una sesión de delfinoterapia en el acuario Aragón ubicado dentro del bosque de Aragón, el psicólogo encargado me comentó que el tratamiento consiste en una valoración médica, una valoración psicológica (entrevista con padres), también se valora la motricidad, lenguaje, socialización y se dan recomendaciones y por último se hace una valoración neurológica por medio de un encefalograma antes y después de la terapia para observar avances en el pequeño. Posteriormente se procede con la terapia que consiste en 6 sesiones de 15 min. En las cuales el niño entra con los delfines, los acarician, los observan y después cargados por un terapeuta dentro del agua, se recuestan y el delfín acerca su trompa a la cabeza del niño emitiendo vibraciones y sonido que sacuden las células del cerebro y liberan las sustancias químicas, facilitando el aprendizaje y mejora la calidad del sueño así como la atención y la memoria. Estas sesiones se realizan en un ambiente favorable para la relajación ya que se escucha música de fondo.

6 sesiones de 15 minutos

La investigación realizada por la empresa Convimar en conjunto con la clínica de trastorno del sueño de la Facultad de Medicina de la UNAM en la cual se utilizó como método de evaluación la técnica de polisomnografía computarizada, técnica

³⁷ <http://www.acuarioaragon.com.mx/tda.html> 4 de noviembre del 2008 12:30 hrs.

electrofisiológica empleada para conocer el funcionamiento del organismo durante el dormir.

Los resultados obtenidos son entre otros:

- Aumento de sueño
- Aumento en la duración del tiempo total del sueño
- Aumento en el tiempo de sueño profundo
- Disminución de los alertamientos durante el dormir

Considero que ésta terapia es buena pero sus beneficios sólo están comprobados en cuanto a la relajación y calidad de sueño, puede ser benéfica para los niños con TDAH sólo hablando de la relajación y posiblemente en la disminución de la hiperactividad sin embargo sus estudios no han comprobado mejorías en cuestión de aprendizaje.

- Equinoterapia

La equinoterapia es un método terapéutico que utiliza el caballo, las técnicas de equitación y las prácticas ecuestres desde una perspectiva interdisciplinaria en las áreas de equitación, salud y educación, buscando la rehabilitación, integración y desarrollo físico, psíquico y social de personas con capacidades diferentes. El caballo provee una entrada sensorial a través del movimiento variable, rítmico y repetitivo. La respuesta resultante en los músculos y articulaciones del jinete (en este caso, paciente) es semejante a los movimientos humanos de la pelvis cuando camina. La variabilidad de la marcha del caballo posibilita terapéuticamente graduar las sensaciones que recibe el jinete. Esto supone que el paciente no se enfrenta pasivamente al movimiento, sino que se ve obligado a reaccionar frente a una serie de estímulos producidos por la marcha del caballo.³⁸

El Centro Ecuestre de Rehabilitación de la Águilas (CERLA, A.C.) ha observado como beneficios físicos: mejora en el equilibrio, la movilidad y la postura y regula el tono muscular. Como beneficios neurológicos: al mejorar la postura, el jinete tiene una espina dorsal más eficiente y las instrucciones que manda al cerebro son de mejor calidad. Además, el movimiento de la pelvis para acompañar la cadencia del

³⁸ <http://www.cerla.org.mx/> 04 de noviembre del 2008 13:20 hrs.

caballo (alzarla, adelantarla y bajarla) es muy similar al que hacemos al caminar, lo que manda información importante al cerebro para adquirir un adecuado patrón de marcha. Y cómo beneficios psicológicos: estimula la atención y la concentración. Es fundamental para el aumento de la autoestima y de la seguridad en uno mismo. Además tiene un efecto positivo en las funciones de comunicación y de comportamiento.

El caballo al trote transmite al jinete un total de 110 movimientos diferentes por minuto, en consecuencia no hay ni un solo músculo ni zona corporal, desde el cóccix hasta la cabeza, al que no se transmita un estímulo. Todo ello en conjunto, permite que el paciente sea capaz de experimentar sensaciones que nunca antes ha vivido.

Aunque la equinoterapia no está recomendada precisamente para niños con TDAH puede lograr mejoría en el niño debido los estímulos que recibe, se considera que simplemente estar en contacto con un animal puede traer beneficios en cuanto a comunicación y socialización y si tomamos en cuenta que la psicomotricidad de un niño con TDAH regularmente se encuentra dañada al igual que posee una baja autoestima, pues los beneficios pueden ser muchos.

Todos estos tratamientos alternativos pueden traer beneficios a los pequeños con TDAH y si bien aún no tienen una base científica que precisamente demuestre los resultados en niños con TDAH tampoco pueden causar daños ya que provienen de medios naturales. Pienso que no se pierde nada probando este tipo de tratamientos aunque serían más efectivos si se complementaran con otro tipo de tratamiento como el psicosocial.

En este capítulo se ha dado un panorama teórico en todo lo que respecta al TDAH, antecedentes, causas, consecuencias, diagnóstico y tratamiento. Es indispensable tener conocimiento de todos estos elementos para entender y abordar ciertas problemáticas a las que se enfrentan los niños con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad principalmente en la escuela considerando un diagnóstico acertado de este trastorno.

Debido a la falta de atención, a la excesiva energía y a la impulsividad que en ciertas circunstancias se puede manifestar con conductas agresivas, el niño con TDAH sufre de incompreensión por parte de los que se encuentran a su alrededor, llámense,

familia, profesores o compañeros de escuela. Esto, ocasiona que el niño a nivel personal y psicoafectivo presente baja autoestima y que a consecuencia de todos estos deserte en sus actividades rutinarias como es la escuela.

Desafortunadamente dentro de la escuela los educadores (as), en la mayoría de los casos, no cuentan con la información necesaria para darse cuenta de que un niño presenta ciertas características que indican una posibilidad de que padezca TDAH y, tampoco para tratar y educar adecuadamente a estos niños. Añadiendo a esto la falta de vocación e interés por la educación, lo que puede perjudicar al niño de manera que va a ir arrastrando ciertos “problemas” en cuestión de aprendizaje, que al no ser atendidos pueden empeorar cada vez la situación contribuyendo a mayor índice de reprobación y deserción dentro de la escuela.

Además de los problemas dentro de la escuela a los que se enfrenta un niño con TDAH se encuentran también los de índole social y cultural, personal y afectivo y por supuesto que también trae consigo los de tipo económico. Pero todos estos aspectos los veremos en el siguiente capítulo con mayor profundidad.

Capítulo 2. Aspectos en torno al Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH)

En este capítulo se hará mención de todos los aspectos que giran en torno al TDAH como son: el personal y el afectivo, que intervienen en la estabilidad emocional del niño; así como el sociocultural, esto es, lo que sucede con la sociedad al carecer de información sobre el TDAH. También hablaré de cómo afecta a la economía del hogar el tener en casa a un niño con éste trastorno debido a que implican un costo las terapias y los medicamentos para atenderlo y, por último, hablaré del aspecto político, es decir, las iniciativas que han formulado recientemente los Senadores y Diputados para mejorar la calidad de vida de un niño con TDAH.

El TDAH es un trastorno que genera descontrol emocional en el niño, situación que regularmente no es tomada en cuenta, sin embargo, considero que este aspecto es de los más importantes para que el niño pueda progresar con la comprensión y el cariño de todos los que lo rodean.

2.1 Aspecto personal y socioafectivo

Este aspecto es el menos tomado en cuenta y, sin embargo, el más importante para el desarrollo del niño. Pocas veces nos preguntamos cómo se siente el niño con respecto a su rendimiento escolar y a su entorno familiar, normalmente cuestionamos a los padres y maestros sobre su sentir al educar a un chico con TDAH, pero ¿qué sucede con el pequeño? Pues bien, un niño con TDAH vive constantemente el rechazo por parte de sus padres, hermanos, maestros y compañeros de la escuela debido a que su comportamiento es distinto al de los demás. Un pequeño con este trastorno presenta dificultades en todas las áreas o actividades en donde su déficit queda evidenciado y el rechazo que recibe daña su autoestima.

Lamentablemente los niños con TDAH tienen problemas para expresarse correctamente, controlar su comportamiento y dificultades para mantener la concentración en una actividad durante un tiempo prolongado, es por ello que reciben comentarios negativos por parte de la familia, profesores y compañeros.

Los niños que son hiperactivos en todos los ambientes tienen un peor pronóstico, porque sufren con más frecuencia las consecuencias negativas que sus comportamientos alterados provocan en la familia, colegio y grupo de amigos; de este modo, se vuelven más vulnerables y, por tanto, aumenta el riesgo de que desarrollen comportamientos antisociales.¹

Los niños con TDAH se valoran menos que otros niños, esto puede deberse a su dificultad por controlar su conducta lo que ocasiona problemas para relacionarse con los demás (socialización), al mismo tiempo que tiene un bajo rendimiento escolar y suele equivocarse más que el resto de sus compañeros.

Con el tiempo, el niño hiperactivo tiende a formarse un pobre concepto de sí mismo. Entre los pensamientos negativos más arraigados en estos niños destacan los de “ser malos”, “no tener amigos” y ser “torpes para el estudio”²

Es por estas razones que un niño con TDAH suele tener las siguientes reacciones:³

- *Aislamiento y enfado.* Cuando se les pide que realicen actividades que les resultan muy difíciles, se aíslan y se enojan para encubrir esas dificultades. Un niño con TDAH frecuentemente va a estar enfadado porque va a sentir que todo lo hace mal y las cosas no le salen como él espera y como los adultos a su alrededor, también.
- *Frustración.* El niño con este trastorno suele necesitar más tiempo que el resto para realizar la tarea escolar, esto puede hacerle sentir frustrado, ya que creerá que lo único que hace es trabajar mientras que a los demás niños les da tiempo de jugar.
- *Baja autoestima.* Para los niños con este padecimiento no hay demasiados halagos ni recompensas por una buena conducta y mucho menos comentarios positivos a su persona principalmente por los padres y profesores, lo cual genera poca estima hacia el niño.

¹ http://www.inteligencia-emocional.org/aplicaciones_practicas/el_nino_hiperactivo.htm 10 de septiembre del 2008 13:25 hrs.

² AVILA DE ENCIO, Carmen et POLAINO-LORENTE, Aquilino. *Niños hiperactivos: Comportamiento, diagnóstico, tratamiento, ayuda familiar y escolar.* Pág. 15

³ <http://www.surcultural.info/2008/04/manual-para-recreadores-de-ninos-con-capacidades-diferentes/> 3 de septiembre del 2008 18:20 hrs.

Este punto me parece muy importante ya que como dice Abraham Maslow “todas las personas tienen necesidad o deseo de una valoración generalmente alta de sí mismos, con una base firme y estable; tienen necesidad de autorrespeto o de autoestima, y de la estima de otros”.⁴

Considero que una alta autoestima es fundamental para el buen desempeño del niño en diferentes planos como el afectivo (cómo se ve el niño a si mismo y cómo define su personalidad), físico (cómo se ve el niño físicamente”alto, feo, guapo”), social (sentimiento de pertenencia a un grupo social), académico (cómo se percibe el niño en la escuela) y, familiar (cómo se siente el niño dentro de la familia y el lugar que ocupa en ella).

A continuación explicaré cada uno de estos planos o dimensiones importantes para una buena autoestima y cómo se ven afectados en un niño con TDAH.

- Dimensión afectiva. Esta se crea desde el nacimiento. El niño al recibir muestras de afecto por parte de los padres, va descubriendo sentimientos y respondiendo mediante expresiones como la sonrisa o el llanto. Las respuestas que recibe de los adultos y del entorno, unidas a su temperamento, lo ayudan a tener conciencia de quien es y a empezar a valorarse.

Se puede decir que esta dimensión está cubierta en un niño con TDAH hasta el momento en que sus padres se dan cuenta que “tiene problemas” y que no es un “niño normal” porque no sigue los mismos parámetros que otros niños y no significa que los padres pierdan el afecto a sus hijos sino que la preocupación de los padres por saber qué tiene su hijo y el constante disgusto por su comportamiento provocan de manera inconsciente un rechazo hacia él.

- Dimensión física. A partir del primer año el niño empieza a ser consciente de que es una persona diferente a los demás, pero es a partir de los dos años, más o menos cuando empieza a compararse físicamente con otros niños. influye todo lo que le dicen los otros, por ello es conveniente que los adultos a su alrededor no los comparen y evidencien sus diferencias.

⁴ MASLOW H., Abraham. *Motivación y personalidad*. Pág. 30

Los niños con TDAH presentan un exceso de energía que provoca movimientos corporales innecesarios, estos a su vez aparentan cierta torpeza y suelen ser señalados y comparados físicamente con otros niños.

- Dimensión social. Cuando el niño empieza su escolarización, en torno a los tres o cuatro años, esta dimensión empieza a desarrollarse de forma intensa. Por eso la escuela y las actividades con sus iguales le facilitan experiencia que van desarrollando el sentido de pertenencia a un grupo y el sentimiento de amistad.

Esta dimensión es muy difícil de alcanzar en un niño con TDAH debido a que sus compañeros de la escuela hacen burla de sus limitaciones y capacidades causando en el niño desprecio por ellos y por lo tanto no se propicia una amistad.

- Dimensión familiar. El papel que el niño adopta dentro de la familia también viene determinado por las primeras experiencias dentro de ella. Si los padres comparan continuamente a sus hijos mermarán su autoestima. De hecho, la clave para el desarrollo de la autoestima familiar es el refuerzo de las cosas positivas que cada uno hace y que lo diferencian de los otros.

Es importante que los padres no hagan comparaciones entre sus hijos por sus formas de ser, pensar y actuar, pero en un niño con TDAH se debe ser más cuidadoso con las señalizaciones por ser diferente a sus hermanos.

La educadora Patricia Salazar Villava, en su libro “El canto del elefante”, nos dice que existe un considerable porcentaje de niños y niñas con problemas de aprendizaje, de salud, de integración social y de capacidad de negociación en los grupos, y ello se debe a las dinámicas afectivas de la familia pequeña y las trampas que resultan de ésta.⁵

Por lo que, no hay que olvidar que un trauma psicológico o una mala dinámica familiar puedan causar hiperactividad, inatención e impulsividad pero, también, si ya existen estas conductas, pueden empeorar al estar en un ambiente familiar conflictivo.

⁵ SALAZAR VILLAVA, Patricia. *El canto del elefante*. Pág. 34

- Dimensión académica. Cuando un niño entra a la escuela, ésta ocupa la mayor parte de su tiempo. El éxito académico está determinado por la percepción que tienen sus profesores, compañeros y padres de su rendimiento. No hay buenos o malos estudiantes, sino niños a quienes se les ha hecho creer o ellos mismos creen que son buenos o malos alumnos, y actúan en consecuencia, excepto aquellos con trastornos de aprendizaje, para quienes la motivación, el ánimo y la ayuda familiar son fundamentales en la formación de un buen concepto de sí mismos como estudiantes.

Dentro de la escuela, los profesores de un niño con TDAH, lo catalogan poniéndole una etiqueta de “mal alumno” o bien, “niño problema”, debido a su bajo rendimiento escolar y no se dan cuenta de ser responsables del nivel de autoestima académica de sus alumnos.

Cuando los fracasos en lo académico son muy frecuentes, el niño se decepciona y esta situación se agrava si se comparan sus resultados con los de sus compañeros.

Es relevante tomar en cuenta todas las emociones que se generan en el niño dentro de todos los campos en los que se desenvuelve, ya que el enfado, la frustración y el coraje pueden afectar al niño e impedir un avance en su desarrollo principalmente personal y escolar.

Hay emociones que favorecen el aprendizaje, y otras que lo perjudican o lo obstaculizan. A priori, podríamos decir que estados anímicos como la alegría, el entusiasmo o el coraje nos impulsan con la energía emocional adecuada para llevar adelante con eficiencia cualquier proceso de aprendizaje y estados anímicos como la tristeza, el miedo o la cólera perturban, obstaculizan o incluso, pueden llegar a invalidar el proceso de aprendizaje.⁶

Es esencial brindar apoyo al niño haciéndole saber lo importante que es para sus padres y maestros, al igual que diciéndole frecuentemente sus virtudes que, como todo ser humano, las tiene; algo esencial, es evitar hacer comentarios ofensivos hacia el niño como: “eres un tonto” “haces todo mal”, etc. Hay que enseñarle al niño que todos cometemos errores y lo importante es sacar provecho de ellos y, como

⁶ http://www.inteligencia-emocional.org/ie_en_la_educacion/comoinfluyenmisemociones.htm 10 de septiembre del 2008 13: 00 hrs.

muestra de esto, es indispensable tomar en cuenta el esfuerzo realizado por el niño en sus actividades escolares y no a las calificaciones que obtiene.

Todo esto es primordial para lograr un buen ambiente escolar y familiar, no solamente con niños con TDAH, sino con todos los niños y éstos, además de contribuir a tener una mejor autoestima, van a dar seguridad al niño al sentirse querido, comprendido y apoyado.

En resumen, el plano personal de un niño es vital para que tenga un buen desempeño en todas las áreas de su vida, en especial, una alta autoestima es necesaria para que un niño con TDAH tenga avances en lo académico.

Y como seres sociales que somos, con creencias, con hábitos y costumbres, a continuación otro aspecto muy relacionado al personal y afectivo que es el sociocultural.

2.2 Aspecto sociocultural

El hablar de la sociedad y la cultura ante el TDAH nos remite a diversas perspectivas a tomar en cuenta. Una de ellas surge ante el desconocimiento de este trastorno, es decir, a la carencia de información y a los mitos que se generan en su entorno. Otra de ellas surge ante la situación actual de nuestro país y al gran uso de la tecnología que si bien ha beneficiado a la sociedad, también ha causado daños en las relaciones interpersonales de los seres humanos.

Desgraciadamente como sociedad aún no tenemos la información suficiente para saber qué es un TDAH, tanto padres como maestros e incluso algunos profesionistas no cuentan con las herramientas necesarias. En entrevista con la neuropsicóloga Verónica Rueda⁷ ella comenta que tanto padres como maestros y profesionistas se deben preparar para tener más información, manejo y recursos sobre el tema, que si se tuviera esa formación por parte de los maestros se podrían detectar a muy buen tiempo muchos niños que no sólo tiene TDAH sino también tantos problemas de aprendizaje en el aula y no dejar que avance el problema y todo lo que se deriva de él.

⁷ Entrevista realizada en el Centro Médico (Palmas, Cd. de México). 26 de noviembre del 2008

Es pertinente mencionar algunos de los mitos que se generan en torno al TDAH debido a que hay una carencia de información e incluso porque esta no es muy clara y precisa.

- *El TDAH se cura.* Para aclarar esta duda la neuropsicóloga Verónica Rueda comentó lo siguiente “No podemos decir que se cura porque estamos hablando de la forma de trabajar de tu sistema nervioso, ya tiene ciertas características de organización cerebral, se puede modificar a través de medicamentos y a través del aprendizaje conductual” Lo que quiere decir la doctora es que sólo se puede controlar e incluso reentrenar al cerebro para que el niño logre mayor atención, concentración y tranquilidad, esto por medio de un programa conductual que un especialista realiza. Sin embargo, también los padres y profesores del niño pueden apoyarlo por medio de estrategias para alcanzar lo antes mencionado y así tener un mayor rendimiento en sus actividades diarias.
- *El TDAH es un problema que desaparece con la edad.* Este mito va muy ligado con el anterior y con la idea de que el trastorno se cura, debido a que se necesita un programa conductual y estrategias para notar un avance en el niño, no es verdad que desaparezca con la edad, se logra controlar para que pueda tener una vida adulta normal ya que el niño va a ir adquiriendo hábitos como la organización y concentración que lo benefician en su vida diaria.
- *El TDAH afecta sólo a varones.* El TDA/ TDAH se presenta en todas las zonas del mundo, y es mayor en varones (9%) que en niñas (3.3 %)⁸ sin embargo, no es verdad que sólo afecta a varones, este trastorno afecta a ambos sexos.

Es necesario que se brinde mayor información de éste trastorno a toda la sociedad ya que es un trastorno muy común hoy en día y puede afectar a cualquier persona, ésta información debe estar al alcance de todos y por ello, sería de gran ayuda que se proporcionara en instituciones como escuelas, hospitales, centros comunitarios, entre otros, al igual que en medios de comunicación masiva “Una educación en

⁸ BORUNDA MIRANDA, Gloria Hilda. Op. cit. Pág. 12.

medios habla del papel central que desempeñan los medios de comunicación en la vida de los chicos y los jóvenes. Primera actividad de placer y principal fuente de información los medios son el corazón de la vida política y cultural de las sociedades modernas y, en este sentido, modifican y afectan la manera en que las personas perciben y comprenden la realidad.”⁹

Ahora bien, la televisión es uno de los principales medios de comunicación que tiene mayor influencia en las personas. “La televisión es la que tiene una mayor presencia en la vida diaria de las familias populares, ya que no compran el diario y prácticamente no escuchan radio dentro de la casa. El televisor, en cambio suele estar encendido desde muy temprano hasta altas horas de la noche. La familia de entre cuatro y siete miembros, vive en general en una sola habitación, y la pantalla ocupa un lugar importante en el limitado espacio. La misma importancia que tendrá en la vida de los más pequeños. La televisión es la principal compañera de los chicos de sectores populares: nacen con ella, comen con ella, duermen con ella”.¹⁰

Actualmente, la televisión es educadora de los niños, estos pasan mayor tiempo observándola que conviviendo con su familia. La tecnología trae para la sociedad beneficios pero también perjuicios, los cuales repercuten en dificultades de aprendizaje en los niños.

Los niños tienen a su alcance la televisión, el Nintendo, X-Box, la computadora, el Internet, el iPod, la telefonía celular, entre otras cosas, las cuales absorben toda la atención y el tiempo de los pequeños.

Por lo tanto, la aparición de síntomas asociados con el TDAH podría representar, más que un trastorno biológico, un resultado natural del hecho de que los cerebros de nuestros hijos están siendo reprogramados por los medios de comunicación con sus tiempos de atención muy breves.¹¹

Todo esto con el fin de darnos una mejor y más cómoda vida, lo cual no es malo, sin embargo, debemos de tener conciencia acerca del abuso de la tecnología.

⁹ MORDUCHOWICZ, Roxana. *A mí la tele me enseña muchas cosas: la educación en medios para alumnos de sectores populares*. Pág. 85

¹⁰ *Ibidem*. Pág. 35

¹¹ ARMSTRONG, Thomas. *Op. Cit.* Pág. 44

En lo que refiere a los efectos de la tecnología encontramos ciertos beneficios pero también inconvenientes.

A continuación haré mención de éstos en la televisión, los videojuegos y, por último, el Internet porque es conveniente al respecto de la línea de investigación que se esta abordando.

- Televisión. Ésta nos mantiene entretenidos al observar programas de todo tipo: caricaturas, telenovelas, series, documentales, programas cómicos, educativos e incluso de reflexión para mejorar nuestra vida, un sin fin de programas de todo tipo y para todas las edades que en general brindan información y diversión.

“La televisión es a la vez un medio técnico de producción y transmisión de información y una institución social, productora de significados, definida históricamente como tal y condicionada política, económica y culturalmente”.¹²

En el caso de los niños las tres razones que impulsan a los niños a ver televisión son las siguientes¹³:

1. El placer de estar entretenido. De hecho la televisión ofrece un mundo de fantasía en el cual el niño puede escaparse de su mundo real y de sus problemas.
2. La posibilidad de obtener información, por ejemplo de cómo vestir y comportarse.
3. La utilidad social. Referido a los jóvenes, por ejemplo, la televisión supone en ocasiones una excusa para sentarse juntos el uno del otro, para conseguir temas de conversación, etc.

Un beneficio es que algunos canales de la televisión abierta como 11, 22 y 40, en la mayor parte de su programación transmiten información útil y educativa pero desafortunadamente, no son los canales más sintonizados por el público en general.

Se hizo una selección de programación de 6 canales de la televisión comercial (Privada y estatal) durante las horas de mayor raiting (más de 10 puntos entre semana)¹⁴

¹² OROZCO, Guillermo. *Televisión y audiencias. Un enfoque cualitativo*. Pág. 33

¹³ GARCIA GALERA, Maria del Carmen. *Televisión, violencia e infancia. El impacto en los medios*. Págs. 64-65

Canal	Nº de programas	Nº de horas	Procedencia/géneros dominantes	Valores	Antivalores
2	12	24	Nal. Telenovelas/comic	Familia amor	Celos Intriga
5	8	26.5	Intl. Dibu anim/avent.	Éxito Astucia	Engaño Individualismo
9	11	27.5	Nal. Comic/telenov.	Amistad Solidaridad	Machismo Chantaje
11	2	5.5	Intl. miniserie	Trabajo Nacionalismo	Venganza
13	13	22.5	Intl. Comic/ avent.	Productividad	Adulación

Como se puede ver en la tabla anterior, el canal 11, es el que menos programas sintonizados tiene y los géneros más dominantes son dibujos animados y telenovelas, por un lado existen valores rescatables lo cual podría ser un beneficio sin embargo también existen antivalores como perjuicios.

Un inconveniente de la TV es que los niños al no estar al cuidado de sus padres, y por ende no tener restricciones en horarios de televisión tienen a su alcance programas no aptos para ellos debido a su contenido sexual y violento.

Los más pequeños ocupan un tiempo considerable de su quehacer cotidiano en ver la televisión. Si a este hecho se le suma que la violencia, tanto física como verbal, esta presente en gran parte de la programación a la que se ven expuestos, no es de extrañar que el resultado sea el de una influencia negativa de estos contenidos sobre sus creencias, actitudes y comportamientos.¹⁵

Canales comerciales como el 2, 5, 7, y 13 han fomentado la transmisión de programas violentos (series.) y con escenas sexuales muy explícitas (Telenovelas en horario nocturno) los cuales aunque no están dirigidos a los niños, se encuentran a su alcance al no haber restricción por parte de los padres y también por la difusión que las mismas televisoras ofrecen en programas familiares.

“Datos aportados por la Asociación Española de Pediatría, según la cual , los niños entre 2 y 5 años ven la televisión como mínimo 25 horas semanales, con unas 32

¹⁴OROZCO, Guillermo. Op. Cit. Págs. 11-13

¹⁵ GARCIA GALERA, María del Carmen. Op. Cit. Pág. 61

escenas de violencia lo que supone al año unas 32, 000 referencias a la violencia, además de unas 14, 000 al sexo y unos 2, 000 anuncios relacionados con alcohol”¹⁶

Los datos anteriores son referentes a la televisión en general, es decir a programas de todo tipo, sin embargo en un análisis realizado a dibujos animados los resultados¹⁷ fueron los siguientes:

1. La mayoría de los dibujos poseen en algún momento alguna manifestación de violencia.
2. La violencia esta presente también en otro tipo de programas, pero parece existir consistencia en que los tres tipos de programas que más violencia poseen son las películas, los dibujos animados y las teleseries.
3. Respecto al tipo de violencia, esta suele ser sobre todo física, y en menor medida verbal o de otros tipos.

Son diversos los estudios que se han realizado respecto a la violencia a la que están expuestos los niños al observar por mucho tiempo la televisión. Aquí otro ejemplo:

“El estudio realizado por Singer y Singer (1980), quienes observaron que los preescolares, que veían con bastante frecuencia los dibujos animados tales como *corre caminos* , *el pájaro loco* o hasta el propio *Tom y jerry* eran los más agresivos en sus centros escolares. Esta investigación se realizó entre 200 niños teniendo en cuenta variables tales como la clase social, la edad, el sexo y los antecedentes agresivos. Los investigadores llegaron a la conclusión de que el número de horas de la exposición a programas de este tipo precedía un comportamiento agresivo en los niños, en concreto, en aquellos que muestran con anterioridad a la exposición rasgos de una personalidad violenta”¹⁸

Estos datos sólo son proporcionados en cuanto a la manifestación de agresividad en un niño y a la violencia que se presenta en la televisión pero también la televisión tiene un efecto en el cerebro y en los periodos de atención en un pequeño.

“La televisión, así como los juegos de computadora y nintendo hacen al niño pasivo en sus movimientos; es verdad que también adquiere velocidad cerebral, pero esto

¹⁶ Ibidem. Pág. 71

¹⁷ URRRA, Javier et al. *Televisión: Impacto en la infancia*. Pág. 56.

¹⁸ GARCIA GALERA, Maria del Carmen. Op. cit. Pág. 107

no quiere decir que aprenda algo significativo; sólo captura las imágenes, las palabras y los movimientos a gran velocidad, y esto es tan rápido que los jóvenes cerebros no alcanzan a asimilarlo”¹⁹

Del mismo modo Luz María Ibarra, maestra y entrenadora en programación neurolingüística comenta en su libro “Gimnasia cerebral” lo siguiente:

“Las imágenes provocan que los ojos del niño enfoquen demasiado y así se disocian del sonido (no hay conexión entre las palabras y las imágenes). El cerebro para defenderse, reduce su actividad hasta la onda más baja, la onda alfa, incompatible con el pensamiento activo y el razonamiento.”²⁰

Para aclarar un poco del funcionamiento del cerebro, existen cuatro tipos de ondas que éste emite llamadas alfa, beta, delta y theta.

Las ondas alfa están relacionadas con estados de relajación, tranquilidad como antes de dormir. Las ondas beta se presentan en estados de alerta e incluso de miedo y ansiedad, un ejemplo de estas es conducir un automóvil. Las ondas theta se producen durante el sueño o una meditación y mediante ellas se propicia la fantasía y la creatividad. Y, por último las ondas delta se producen también durante el sueño pero un sueño profundo casi hipnótico y en el cual no hay sueños.

Lo ideal para un buen rendimiento escolar es la producción de ondas theta para que la mente esté relajada pero sea creativa.

“En los últimos años, educadores y psicólogos han llegado a sugerir que ver televisión tiene un efecto de deterioro en el desarrollo del cerebro del niño, en tanto que la televisión, como medio visual, puede sobrestimular el hemisferio derecho del cerebro (responsable del proceso visual) y producir el efecto contrario en el hemisferio izquierdo (responsable del lenguaje y la escritura)”²¹

Finalmente, ver televisión no es malo siempre y cuando su función sea entretener y no educar, lo que significa que sea vista por tiempos cortos y que los programas elegidos por el niño cuenten con la supervisión de los padres para así poder aclarar dudas sobre violencia e incluso realidad y ficción en dibujos animados.

¹⁹ IBARRA, Luz María. *Aprende mejor con gimnasia cerebral*. Pág. 37

²⁰ Ibidem. Pág. 38

²¹ GARCIA GALERA, Maria del Carmen. Op .cit. Pág. 81

- Videojuegos. Es un programa de computación, creado para el entretenimiento, basado en la interacción entre una o varias personas y un aparato electrónico (ya sea un ordenador, un sistema arcade, una videoconsola ó actualmente un teléfono celular), el cual ejecuta dicho videojuego²²

Existen diversos tipos de videojuegos:

- Juegos de acción. Este tipo de juegos se tratan de manejar al protagonista como si fuera el mismo niño que lo manipula y dentro hay dos categorías el dispara-dispara y el golpea duro. En el primero se usan armas rudimentarias, cañones, etc. para matar al enemigo y en el segundo se golpea al enemigo mediante artes marciales y dentro del combate superado un round, el jugador vive situaciones cada vez más difíciles.
- Juegos de estrategia. Se basan en manejar muchos personajes al mismo tiempo, haciendo que hagan una serie de acciones como caminar, luchar, patrullar. Estos son vistos desde arriba.
- Juegos de deportes. Estos como su nombre lo dice se tratan de jugar baloncesto, fútbol, golf e incluso billar.
- Juegos de simulación. Son reconstrucciones de situaciones reales en las que se enseña a manejar un automóvil, un avión, una nave espacial. Etc.
- Juegos educativos. Su intención es claramente educativa y pretende enseñar a los pequeños a descubrir cosas, son interactivos y se pueden crear imágenes, colorearlas, etc.

Existen dos posturas ante los videojuegos, una de ellas es que pueden brindar beneficios al niño de manera que agilizan su mente y la otra es que dañan al niño al aislarlo de su mundo, crearle una adicción y principalmente fomentar la violencia.

Al analizar lo anterior, mencionaré en primer lugar los aspectos positivos²³:

- Estimulan los procesos mentales. Las imágenes coloridas y en constante movimiento capturan la atención del espectador.

²² http://es.wikipedia.org/wiki/Desarrollador_de_Juegos_de_Video 30 de enero del 2009 9:26 hrs.

²³ LANIADO, Nessia et PIETRA, Gianfilippo. *Videojuegos, Internet y televisión. Como evitar sus efectos perjudiciales en nuestros hijos*. Págs. 56-60

- Incitan el pensamiento asociativo. Alrededor de la pantalla aparecen una serie de iconos que abren ventanas que a su vez conducen a accesos. En un videojuego se aprende un lenguaje icónico y se procede por asociaciones.
- Favorecen la intuición y el pensamiento hipotético. En los videojuegos nadie le dice al jugador cuáles son las reglas que determinan el comportamiento de cada personaje, estas deben ser deducidas por la observación.
- Ayudan a la coordinación. Los videojuegos estimulan los sentidos, la vista por medio de imágenes coloridas, el oído por medio de los sonidos que se producen al inicio, durante y término del juego y el tacto al pulsar las teclas, los videojuegos requieren rapidez de reflejos y coordinación principalmente en los dedos para mover una o dos funciones al mismo tiempo.
- Liberan las emociones. Dentro de un juego el jugador puede manifestar diversas emociones como son alegría, ira, satisfacción, miedo, etc. De acuerdo a la situación que se le presente a través del juego.
- Ofrecen una gratificación inmediata. La gratificación es personal al saber que terminado el juego y obtenido cierta puntuación puede proseguir con el siguiente nivel que cada vez se va complicando, también invita al jugador a retarse y hacer el juego en menor tiempo.

Todos estos pueden considerarse como buenos elementos que brindan los videojuegos. Sin embargo, no se deben dejar de lado los aspectos negativos que estos representan.

Existen datos que demuestran que los videojuegos de contenido violento fomentan el comportamiento violento. Space Invaders como Roadrunner han sido creados para elevar el nivel de juego agresivo (y disminuir el de juego prosocial) en los niños de 5 años de edad: es interesante el hecho de que lo consiguen en idéntico grado.²⁴

En general, lo que más preocupa a padres y especialistas acerca de los videojuegos es la violencia que se presenta en los juegos del tipo acción y las repercusiones que pueden tener en el niño.

²⁴ GREENFIELD MARKS, Patricia. *El niño y los medios de comunicación*. Pág. 140

- Internet. A medida que poco a poco el ordenador, se transforma en un vulgar electrodoméstico como el aspirador o la lavadora, es cada vez más temprana la edad en la que un niño se sienta delante del teclado, manipulándolo con soltura. A los tres años hace “clic” sobre el ratón; a los cuatro-cinco aprende a utilizar los programas de diseño; a los seis, después de haber adquirido una buena experiencia con los videojuegos y de haber entrado y salido de numerosas realidades virtuales, empieza a navegar por la red.²⁵

Un estudio acerca de las nuevas tecnologías de Internet en el 2008 realizado por la Asociación Mexicana de Internet (AMIPCI)²⁶ reveló que 11.1 millones de computadoras están conectadas con acceso a Internet lo cuál significa que el 62% de las computadoras en México están conectadas a Internet.

Un beneficio del Internet es el acceder a información acerca de diversos tópicos, también el contacto con personas tal vez familiares o amigos que están fuera de este país.

Pero en cuanto a perjuicios se tienen muchos, entre ellos el acceso a información no apta para menores como la pornografía, además de que niños y adolescentes pueden tener contacto con personas mayores que se dediquen al tráfico de niños y mujeres, a la prostitución y la pornografía infantil. O de igual forma con secuestradores y asesinos.

Las principales oportunidades de Internet son²⁷:

- Mandar y recibir mensajes. El correo electrónico (mail) facilita la comunicación ya que no hay que esforzarse por hacer buena letra además de que se puede decorar con colores, imágenes, sonidos, música, etc.
- Navegar por la red. En el Internet se pueden descargar juegos, programas, música, cualquier cosa. Desafortunadamente un niño puede tener acceso a información de guerras, violencia, pornografía, racismo, prostitución, etc. En el Internet no hay límites, se puede encontrar todo tipo de cosas.

²⁵ LANIADO, Nessia et PIETRA, Gianfilippo. Op. Cit. Págs. 76-77

²⁶ <http://www.amipci.org.mx/estudios/> 3 de marzo del 2009 11:20 hrs.

²⁷ LANIADO, Nessia et PIETRA, Gianfilippo. Op. cit. Págs. 77-80

-Chatear. Es una forma de conversar con otras personas por medio de mensajes escritos con el teclado de una computadora, también puede utilizarse una cámara para verse y un micrófono con audífonos para escucharse.

Desgraciadamente para chatear se necesita un “nickname” o apodo lo cual permite tener a las personas como incógnitas, esta puede ser una ventaja para las personas tímidas y con baja autoestima ya que les permite relacionarse de una manera más cómoda; sin embargo implica un riesgo al no saber si la otra persona con la que se esta charlando dice la verdad, puede decir que es hombre cuando en realidad es mujer o puede decir que es niño cuando en realidad es un adulto.

Internet es uno de los terrenos de caza de los pedófilos, que se cree que cuentan con más de 29.000 portales.²⁸

Hace unos años, se necesitaba ver a las personas para poderles comunicar algo, después se empleo el teléfono y actualmente se emplea la computadora para mandar mensajes y conocer personas por medio del Internet, así como el uso de programas como Messenger y Hi5 para comunicarnos con amigos y así conocer a más y más gente sin la necesidad de salir de nuestro hogar.

83% de los internautas mexicanos han utilizado el correo electrónico en el último mes.²⁹

Servicio	%
Correo electrónico	83
Enviar/recibir mensajes instantáneos	74
Visitar un chat	64
Postales	46
Crear/mantener un blog	23
Acceder a blogs	19
Crear/mantener sitios de comunidad virtual	16
Acceder a sitios de comunidad virtual	15

²⁸ Ibidem pág. 97

²⁹ <http://www.amipci.org.mx/estudios>

Si bien, el uso de la tecnología nos está beneficiando al proporcionarnos una vida más cómoda, también nos está perjudicando principalmente en nuestras relaciones interpersonales.

No hay que olvidar que el contacto que establecemos los seres humanos, es indispensable para una buena autoestima y un buen rendimiento escolar.

Pero ¿Cuál es la causa de que la televisión y otros medios eduquen a los niños? Pues bien, fue gracias a las múltiples ocupaciones de la mujer, que hoy en día los niños pasan más tiempo observando la televisión, jugando videojuegos, navegando por Internet, chateando, etc. que conviviendo con sus padres.

En medio de todo esto, el porcentaje de familias con uno de los padres en casa con los hijos todo el día, ha bajado notablemente, y muchos niños pasan horas frente al televisor y la computadora, y minutos compartiendo juegos o charlando con sus padres.³⁰

Otra de las causas por las cuales los niños han abusado de la tecnología, es el encierro actual que viven en sus hogares gracias a la delincuencia y secuestros en nuestro país. Años atrás, aproximadamente 40 años, los niños tenían la libertad de salir a la calle y correr, brincar, hacer rondas, etc. en convivencia con sus vecinos. Esos niños, que actualmente son nuestros padres, no presentaban tantos problemas como los que presentan hoy en día los niños.

Los movimientos activan las redes neuronales a través del cuerpo haciendo que éste se conforme como instrumento del aprendizaje; por ello podemos afirmar que el aprendizaje se da conjuntamente en la relación cuerpo/mente, es decir, integralmente.³¹

La psicomotricidad se encuentra muy relacionada con materias como español y matemáticas.

La educación psicomotriz “pretende adquirir el esquema corporal orientándolo en tiempo y espacio, mediante actividades de destreza, equilibrio, rapidez y

³⁰ http://www.inteligencia-emocional.org/ie_en_la_educacion/preguntasfrecuentesprofesores.htm 10 de septiembre del 2008 12:45 hrs.

³¹ IBARRA, Luz maría .Op. cit. Pág. 13

reconocimiento del cuerpo. Es una forma indirecta de adiestrar al niño para la escritura”³²

El desarrollo adecuado de la motricidad en un niño es muy importante para su desempeño académico, en estimulación temprana el gateo es de vital importancia para que el niño se desempeñe bien en las matemáticas ya que el gateo desarrolla:³³

- Conexión de los hemisferios cerebrales.
- Patrón cruzado.
- Sistema vestibular y sistema propioceptivo.
- Posibilita el enfoque de los ojos.
- Ayuda a la lateralización.
- Ayuda a escribir en el futuro.

En resumen, es necesaria la información y capacitación para padres y maestros en torno al TDAH para que no se generen mitos respecto a este. Por otro lado es importante tener en cuenta que muchos problemas de aprendizaje y trastornos como el TDAH son generados por la situación actual de nuestro país; en primer lugar porque padres y madres de familia pasan poco tiempo con sus hijos y la televisión y otros medios se convierten en educadores de los pequeños, en segundo lugar, porque la tecnología ha evolucionado de manera que por medio de una computadora o un celular podemos acceder a un sin fin de información y en tercer lugar por la inseguridad que se vive en México y por ello, la motricidad no se está desarrollando adecuadamente en los niños.

Otro de los aspectos que está muy relacionado con la situación actual de México es el económico el cual profundizaré a continuación.

³² BORUNDA MIRANDA, Gloria Hilda. Op. Cit. Pág. 70

³³ ASOCIACIÓN MEXICANA DE ESTIMULACIÓN PRENATAL Y TEMPRANA A.C. Manual de *Instructor en estimulación temprana*. Pág. 31

2.3 Aspecto económico

Actualmente se dice que estamos pasando por una crisis económica³⁴ la cual comenzó desde el 2008. Dicha crisis se inició en Estados Unidos y se ha expandido a otros países; desafortunadamente esa situación repercute en México. “El empresario Carlos Slim (2009) advirtió ante legisladores que se avecina un problema grande para la economía. Al participar en el Foro México Ante la Crisis: ¿Qué hacer para crecer?, que se lleva a cabo en la Cámara de Diputados, Slim enumeró que entre los problemas que enfrentará la economía del país está el decrecimiento del Producto Interno Bruto (PIB), desempleo y quiebre de empresas”.³⁵

Hoy en día muchas personas han sido desempleadas por falta de recursos en las empresas, lo cuál significa que la economía de nuestro país no es favorable y se requiere de más esfuerzo y trabajo por parte de las familias para lograr una estabilidad en este aspecto.

Desgraciadamente, el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad como tal, requiere de una fuerte inversión monetaria, esto implica desde un diagnóstico acertado hasta un tratamiento adecuado y oportuno.

Para empezar, cuando se tiene la sospecha de que un niño presenta TDAH, es preciso llevarlo con especialistas para que le realicen una evaluación basada en pruebas. Estos especialistas son: pediatra, neurólogo, psicólogo y/o pedagogo. Al darme a la tarea de preguntar con diversos especialistas el costo de su consulta, recabe la siguiente información:

³⁴ Por crisis económica de 2008 se conoce a la percepción de crisis económica mundial que comenzó ese año, originada en los Estados Unidos. Entre los principales factores causantes de la crisis estarían los altos precios de las materias primas, una crisis alimentaria mundial, una elevada inflación planetaria y la amenaza de una recesión en todo el mundo, así como una crisis crediticia, hipotecaria y de confianza en los mercados.
http://es.wikipedia.org/wiki/Crisis_econ%C3%B3mica_de_2008-2009 5 de febrero del 2009 10:30 hrs.

³⁵ <http://noticias.prodigy.msn.com/landing.aspx?cp-documentid=17649261> 10 de febrero del 2009 11:05 hrs.

Especialidad	Ubicación geográfica (colonia)	Costo por consulta
Pediatría	Nueva Atzacolco	\$150.00
Pediatría	Valle de Aragón 3ra sección	\$250.00
Pediatría	San Felipe de Jesús	\$300.00
Psicología	Campestre Guadalupeana	\$200.00
Psicología	Coacalco	\$300.00
Psicología	Narvarte	\$450.00
Neurología	Coacalco	\$500.00
Neurología	Paseo de las Palmas	\$500.00
Pedagogía	Coacalco	\$200.00
Pedagogía	Paseos de Taxqueña	\$400.00

Cabe resaltar que estos costos varían de acuerdo a la ubicación de los especialistas y que por área geográfica se establecen de acuerdo a niveles socioeconómicos que determina el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI)*.

Ya elaborado un diagnóstico, procede el tratamiento, el cual si es farmacológico, también implica un costo extra, así como lo muestra la siguiente tabla.³⁶

RITALIN 10 MG 30 COMP	\$ 295.00
RITALIN LA 20 MG 30 CAPS	\$ 645.00
RITALIN LA 30 MG 30 CAPS	\$ 750.00

Esto dependiendo de la cantidad requerida y la frecuencia con la que se consume el medicamento.

Si dentro del tratamiento se consideran las flores de Bach, alga verde- azul y Ginkgo Biloba, de acuerdo a una encuesta en establecimientos; los costos son los siguientes:

³⁶ <http://www.contacto.novartis.com/PACIENTES/PRECIOS2.html> 10 DE SEPTIEMBRE DEL 2008 12:00 PM

* En caso de verificar, consultar página Institucional del INEGI www.inegi.org.mx

Tratamiento (consulta)	Ubicación geográfica (colonia)	Costos
Flores de Bach	Nueva Atzacolco	\$150.00
Flores de Bach	Condesa	\$400.00
Flores de Bach	Campestre Guadalupana	\$100.00
Alga verde-azul	Rinconada de Aragón (Nutrisa)	\$101.00 (200 caps.)
Alga verde-azul	Narvarte (Grupo Interbión)	\$290.00 (200 caps.)
Ginkgo Biloba	Rinconada de Aragón (Nutrisa)	\$99.00 (30 caps.)
Ginkgo Biloba	Valle de Aragón 1ª secc. (Farmacia Similares)	\$70.00 (60 caps.)

Otras opciones de tratamientos son la delfinoterapia (terapia asistida con delfines), equinoterapia (una terapia que utiliza al caballo como un instrumento natural para su rehabilitación física, psíquica y social) y Neurofeedback (Sistema de electrografía aplicado por computadora, por medio de la cual se equilibran las ondas cerebrales de los dos hemisferios).

La primera es impartida en Atlantis ubicado en Chapultepec y las 6 sesiones de 15 minutos incluyendo una valoración psicológica y una médica tiene un costo de \$8,000.00 y en el Acuario Aragón ubicado en el Bosque de Aragón, 6 sesiones de 15 min. incluyendo un estudio psicológico tiene un costo de \$8, 000.00 y con estudio neurológico \$10,000.00.

La Equinoterapia impartida en el Centro Ecuestre de Rehabilitación “Las Águilas” ubicado en el Parque Ecológico Japón, tiene un costo de \$500.00 por inscripción anual y una cuota de \$950.00 mensuales y en las primeras sesiones mediante la observación de las necesidades del paciente y la información proporcionada por los padres y/o médico tratante, se establece el plan de trabajo para el paciente y el programa a realizar en las sesiones.

El Neurofeedback, en el centro Neuro-equilibra ubicado en Insurgentes Mixcoac requiere de un diagnóstico en el cual se mide la actividad eléctrica cerebral y los resultados son analizados y entregados a los padres por una psicóloga y un neurólogo, tienen un costo de \$2, 300.00 y 40 sesiones de una hora y media tienen una cuota de \$395.00 cada sesión; dando un total de \$18,100.00. En Neurofeedback Center ubicado en la Col. Del valle, también se requiere de un diagnóstico que incluye una consulta con el neurólogo, electroencefalograma analógico, electroencefalograma digital, mapeo cerebral computarizado y consulta de entrega de resultados tiene un costo de \$3,700.00 y un aproximado de 45 sesiones de 45 min. cuestan \$400.00 cada sesión dando un total de \$21,700.00; en Neurofeedback-bioenergética ubicado en la delegación Coyoacán, un encefalograma y un mapeo cerebral tienen un costo de promoción de \$1,500.00 y \$400.00 cada sesión y las sesiones son determinadas por un psicólogo al realizar una entrevista con los padres y pruebas.

Todos estos, fueron vertidos por los especialistas que realizan estas terapias.

Como se puede ver estas últimas terapias son muy costosas, pero si se trata de economizar también existen otros métodos para ayudar a un niño con TDAH como son la práctica de meditación, yoga, relajación, etc.

El TDAH se ha convertido en un nuevo e importante mercado económico para ciertos fabricantes de materiales didácticos, compañías encargadas de hacer evaluaciones, editores, empresarios y otros individuos u organizaciones que ofrecen libros, equipos, tests, aparatos, hierbas medicinales, cursos de capacitación y otros instrumentos.³⁷

Considero adecuada la existencia de nuevas opciones para dar atención a todo lo que implica este trastorno, sólo que sus precios son muy desfavorables para la condición económica que muchos padres de familia presentan y más que buscar un bienestar para los pequeños, se busca hacer negocio con este tipo de alternativas.

En México son pocas las organizaciones que brindan ayuda a niños con TDAH, regularmente el apoyo que brindan es para padres y profesores de estos niños

³⁷ ARMSTRONG, Thomas. Op. cit. Págs. 39-40

proporcionando capacitación en cuanto a diagnóstico, tratamiento, causas y consecuencias.

La Fundación Cultural Federico Hoth, A.C., se funda en el año 2000, quedando legalmente establecida como Asociación Civil sin fines de lucro. Desarrolla tres diferentes proyectos: Proculturarte, Karí Igómari Níwara y el principal de todos Projectodah. Su misión es “Servir, apoyar y capacitar a la sociedad para desarrollar una línea de atención para el DAH (Déficit de Atención e Hiperactividad) desde una perspectiva científica y sistémica”³⁸ y por ello desarrollaron 4 líneas de acción:

- Grupos de Apoyo para el Déficit de Atención e Hiperactividad (GADAH). Programa de capacitación que provee las herramientas mínimas necesarias para que los padres y madres de familia reunidos en grupos de apoyo, tomen las mejores decisiones en torno al diagnóstico y tratamiento del TDAH en 13 sesiones semanales.
- Enseñanza y Capacitación en Déficit de Atención e Hiperactividad (ECADAH). Estas redes deben abarcar a aquellos profesionales que con el conocimiento de la situación de México, coadyuven a disolver el cuello de botella (médicos generales y pediatras, maestros, psicólogos).
- Red de Apoyo para el Déficit de Atención e Hiperactividad (RADAH). Consiste en desarrollar redes para auxiliar y canalizar a las personas con DAH, es decir, surge desde la iniciativa de los padres, desde los profesionales y desde la fundación, promoviendo convenios con estas redes para la ayuda del paciente con DAH.
- Investigación Aplicada en Déficit de Atención e Hiperactividad (IADAH Su función es la de contribuir a la búsqueda de soluciones factibles y de alternativas frente al DAH, mediante un análisis científico profundo de la situación actual de este padecimiento, tanto a nivel intelectual como colectivo.

Esta Fundación principalmente se encarga de brindar información por medio de la capacitación a padres, maestros y especialistas sobre el TDAH con la finalidad de

³⁸ <http://www.proyectodah.org.mx> 24 de septiembre del 2008 12:00 hrs.

informar cada vez a más personas para que entiendan y por ello atiendan las necesidades de los pequeños con este trastorno.

Todos los servicios que se brindan dentro de esta fundación tienen cuotas mínimas por ejemplo un taller dirigido a maestros y personal administrativo de una escuela tiene un costo de \$4,500.00 por grupo y una conferencia un costo de \$2,500.00 mientras que pláticas de orientación a padres y grupos de apoyo tienen un costo de \$50.00 por persona y \$80.00 por pareja.

La “Asociación Mexicana de Psiquiatría Infantil” es una organización civil no lucrativa creada en febrero de 1975 y agrupa a más de 300 médicos especialistas en psiquiatría infantil y adolescencia. Sus objetivos principales: apoyar la formación de un sentido firme de identidad profesional entre los psiquiatras infantiles, facilitar la comunicación entre ellos y con otros profesionales de la salud y difundir los conocimientos de la especialidad entre los profesionales interesados en la población pediátrica y en el público general.³⁹ Del 24 al 28 de abril del 2006 se llevó a cabo la 1ª. Semana Nacional contra el TDAH en la que se tuvo participación de múltiples instituciones, asociaciones y profesionales interesados en el tema y que a través de diferentes actividades dirigidas a padres de familia, médicos, pacientes, trabajadores de la salud, etc., se logró difundir y educar sobre los aspectos científicos que sustentan la realidad de este problema de salud pública que afecta a millones de niños, adolescentes y adultos en todo el mundo. A partir del 2006 cada año se realiza esta Semana Nacional contra el TDAH.

El Hospital Psiquiátrico Infantil "Dr. Juan N. Navarro" es un hospital público que fue inaugurado el 24 de octubre de 1966 por el ex presidente Lic. Gustavo Díaz Ordaz y tiene como interés superior a los niños y adolescentes que requieran de la psiquiatría infantil y de la adolescencia. Otorga atención primaria (promoción de salud mental e identificación temprana), secundaria (diagnóstico oportuno y tratamiento) y terciaria (rehabilitación).

³⁹ <http://www.aeintegral.com.mx> 5 de febrero del 2009 12:00 hrs.

El hospital fue diseñado con un área de consulta externa y un área de hospitalización. La consulta externa se divide en 7 clínicas:

- Clínica del desarrollo: Atiende a población menor de 18 años con alteraciones del desarrollo (retraso mental y niños con alto riesgo).
- Clínica de las emociones: Atiende a menores entre los 6 y 12 años, con trastornos del humor como: ansiedad, depresión, fobias o reacciones de adaptación.
- Clínica de los trastornos de la conducta: Atiende a menores entre 6 y 12 años que presentan trastornos específicos del desarrollo, trastornos hiperkinéticos, trastornos del comportamiento social y trastorno disocial.
- Clínica de PAINAVAS (Programa de Atención a Víctimas de Abuso Sexual): Atiende a niños, adolescentes y sus familiares con problemas secundarios al abuso sexual.
- Clínica de Adolescencia: Atiende a menores entre 12 y 17 años, que presentan padecimientos diagnosticados en la adolescencia o en etapas más tempranas como son: Trastornos de ansiedad, depresivos o de la conducta alimentaria.
- Psiquiatría legal: Atiende a menores de edad que son referidos de juzgados para realizar peritajes psicológicos o psiquiátricos.
- Hospital de Día: Atiende a niños con trastornos generalizados del desarrollo, como el autismo.

Este último tiene reconocimiento gracias a los servicios que brinda y a sus costos accesibles que varían de acuerdo al nivel socioeconómico de cada paciente.

Como se puede ver, el TDAH es un trastorno que implica una inversión económica elevada debido a sus altos costos tanto para realizar un diagnóstico como para dar un tratamiento adecuado.

Por lo expuesto anteriormente, considero necesaria la implementación de estrategias en el aula que permitan a los niños elevar cada vez más los niveles de concentración y atención; así como brindar información a padres y maestros acerca de lugares a los

que puede acudir para un diagnóstico y buen tratamiento con cuotas mínimas y accesibles para ellos.

Desde un par de años surge también una preocupación por parte de Senadores y Diputados al ver que las cifras de niños con TDAH van en aumento, en el siguiente apartado explicaré a mayor profundidad lo que sucede al respecto.

2.4 Aspecto Político

Recientemente, surgió un interés en la Cámara de Diputados y Senadores acerca del trastorno por déficit de atención con hiperactividad y buscando una mejora para éste trastorno, se generan iniciativas como las siguientes:

El 27 de marzo del 2007 se publica en una gaceta del senado de la república que el Senador Alejandro Moreno Cárdenas del Partido Revolucionario Institucional (PRI) solicitó un informe a la secretaría de salud, relacionado con la población infantil que padece el trastorno de déficit de atención.

Como puntos de acuerdo se encuentran los siguientes⁴⁰:

- El Senado de la República, solicita respetuosamente al Titular del Poder Ejecutivo que remita a esta soberanía, a través de la Secretaría de Salud, un informe con las estrategias para enfrentar el problema presupuestal y social que representa el Trastorno de Déficit de Atención con y sin Hiperactividad en niños del país.
- Agendar una reunión conjunta de las Comisiones de Salud y Educación de las Cámaras de Diputados y Senadores para la elaboración y seguimiento de las modificaciones que deban realizarse tanto a la Ley General de Salud como a la de Educación Pública para la atención de este problema.
- Que el propósito de la reunión de las cuatro comisiones sea la de estudiar el tema, proponer estrategias integrales - involucrando a los sectores público y social, particularmente a los especialistas -para reformar las leyes y que el

⁴⁰ <http://www.senado.gob.mx/gace.php?sesion=2007/03/27/1&documento=53> 18 de agosto del 2008 12:44 hrs.

Ejecutivo se encargue de implementar una política pública integral para la atención del TDAH.

- Solicitar a las universidades que cuenten con escuelas de psicología, pedagogía, neurología y ramas afines en todo el país, a que orienten a sus alumnos a realizar el servicio social en la detección de este padecimiento en niños de 7 a 9 años inscritos en las escuelas públicas.
- Realizar foros sobre la investigación del TDAH en nuestro país y realizando muestreos sobre la prevalencia del trastorno a nivel demográfico, en términos sociales y de estratificación. Asimismo, los foros tendrían el objetivo de ampliar la información a toda la sociedad, con el objeto de concientizar a los padres de familia sobre el tema, disminuyendo, aunque sea en parte, la violencia contra los niños.

El 11 de octubre del 2007 se informa en la gaceta que fue aprobada esta solicitud, sin embargo no se conoce nada al respecto, traté de comunicarme con el senador vía Internet o concertando una cita y la respuesta fue nula, en cuanto a esta me parece interesante sobre todo en el aspecto de brindar información sobre el TDAH a la sociedad y de detectar oportunamente este trastorno sobre todo invitar a las universidades que impartan carreras como Psicología, Pedagogía y Neurología a realizar un servicio social ya que además de colaborar aprenderían más de éste trastorno al llevarlo a cabo con práctica.

El 11 de diciembre del 2007 se publica en la gaceta del Senado de la República que la Senadora María Elena Orantes López del PRI exhorta el Ejecutivo Federal para que a través de la Secretaria de Salud, se informa a la Soberanía sobre las acciones preventivas y correctivas con relación a la ingesta de aditivos alimentarios que incrementan los problemas de obesidad, diabetes, hipertensión arterial y síndrome del déficit de atención.

La Senadora, explica en los antecedentes que los colorantes artificiales y conservadores como el ácido benzoico, utilizados en diferentes bebidas y alimentos pueden provocar desordenes de la atención en el niño así como obesidad y diabetes.

Nuevas evidencias demuestran que el uso de aditivos (como el benzoato de sodio) y colorantes en alimentos procesados y en bebidas provocan hiperactividad y déficit de atención en los niños. Ante los resultados, la Agencia recomendó hace dos días (Febrero 21, 2009) a los padres de familia que percibieran en sus hijos problemas de hiperactividad o déficit de atención que redujeran en sus hijos el consumo de alimentos con el aditivo benzoato de sodio (como la Coca Cola, la Pepsi, diversas bebidas de fruta y una larga lista de alimentos procesados que lo usan como conservador) y que también suspendieran el consumo de productos con colorantes, como los E102, E104, E110, E122 y E129.⁴¹

Ante estas noticias me di a la tarea de investigar qué es el benzoato de sodio, qué otros conservadores existen, qué edulcorantes se utilizan con frecuencia y revisé etiquetas de algunos productos para saber si contenían los antes mencionados.

El benzoato de sodio, también conocido E211, es una sal del ácido benzoico, blanca, cristalina y gelatinosa o granulada, es usado como conservante, matando eficientemente a la mayoría de levaduras, bacterias y hongos. lo que hace que su uso más frecuente sea en conservas, en aliño de ensaladas (vinagre), en bebidas carbonatadas (ácido carbónico), en mermeladas (ácido cítrico), en zumo de frutas (ácido cítrico) y en salsas de comida china (soja, mostaza y pato). Más recientemente, el benzoato sódico está presente en muchos refrescos como Sprite, Fanta, y Coca Zero.⁴²

Existen diversos conservadores como los siguientes:

E-200 Acido sórbico

E-201 Sorbato sódico

E-202 Sorbato potásico

E-203 Sorbato cálcil

El ácido sórbico es un ácido graso insaturado, presente de forma natural en algunos vegetales. Su principal inconveniente es que son caros y que se pierden en parte cuando el producto se somete a ebullición. Son especialmente eficaces contra

⁴¹ http://www.elpoderdelconsumidor.org/alimentos_con_aditivos_alteran_conducta_infantil.html 23 de febrero del 2009 14:15 hrs.

⁴² http://es.wikipedia.org/wiki/Benzoato_de_sodio 23 de febrero del 2009 14:20 hrs.

mohos y levaduras, y menos contra las bacterias. Los sorbatos se utilizan en bebidas refrescantes, en repostería, pastelería y galletas, en derivados cárnicos, quesos, aceitunas en conserva, en postres lácteos con frutas, en mantequilla, margarina, mermeladas y en otros productos. Los sorbatos son muy poco tóxicos.⁴³

Existen diversos conservadores, pero los menos dañinos además de los antes mencionados son:

E-214 Para-hidroxi-benzoato de etilo (éster etílico del ácido para-hidroxi-benzoico)

E-215 Derivado sódico del éster etílico del ácido para-hidroxi-benzoico

E-216 Para-hidroxi-benzoato de propilo (éster propílico del ácido para-hidroxi-benzoico)

E-217 Derivado sódico del éster propílico del ácido para-hidroxi-benzoico

E-218 Para-hidroxi-benzoato de metilo (éster metílico del ácido para-hidroxi-benzoico)

E-219 Derivado sódico del éster metílico del ácido para-hidroxi-benzoico

Los ésteres del ácido para-hidroxi-benzoico y sus derivados sódicos, denominados en general parabenos, son compuestos sintéticos especialmente útiles contra mohos y levaduras, y menos contra bacterias. Su principal ventaja es que son activos en medios neutros, al contrario que los otros conservantes, que solo son útiles en medio ácido. Desde los años 50 se han realizado múltiples estudios acerca de su posible toxicidad, demostrándose que son poco tóxicos, menos que el ácido benzoico. Se absorben rápidamente en el intestino, eliminándose también rápidamente en la orina, sin que se acumulen en el organismo.⁴⁴

Los edulcorantes son aditivos que confieren sabor dulce a los alimentos. Hay dos tipos básicos: los naturales o nutritivos y los artificiales o no nutritivos.

En un reportaje publicado en la revista de la Procuraduría Federal del Consumidor (PROFECO) en abril del 2004⁴⁵ encontré lo siguiente:

Los edulcorantes nutritivos proporcionan energía, es decir, calorías. Entre ellos encontramos a la sacarosa (que no es otra cosa que el azúcar común), la fructuosa

⁴³ <http://milksci.unizar.es/adit/conser.html> 19 de febrero del 2009 11:25 hrs.

⁴⁴ <http://milksci.unizar.es/adit/conser.html> 19 de febrero del 2009 11:25 hrs.

⁴⁵ http://www.profeco.gob.mx/revista/publicaciones/adelantos_04/edulcorantes_abr04.pdf 1 de marzo del 2009 12:30 hrs.

(el azúcar de las frutas), la miel de abeja, el jarabe de maíz, la melaza, el piloncillo, la dextrosa y la maltosa, entre otros más.

Éstos son los principales⁴⁶:

Sacarina. Es el edulcorante artificial más antiguo. La principal característica de este edulcorante es su capacidad de endulzar sin liberar ni una sola caloría. Sin embargo, la sacarina deja un desagradable sabor amargo y metálico en la boca.

Aspartame. Es 200 veces más dulce que el azúcar. Las limitaciones del aspartame residen principalmente en su tendencia a descomponerse. A temperatura ambiente el aspartame se descompone alrededor de un 10% al mes.

Sucralosa. Es 600 veces más dulce que el azúcar. Es el único edulcorante de bajas calorías que se fabrica a partir del azúcar. La molécula pasa por el cuerpo sin alterarse, no se metaboliza, y se elimina en la orina prácticamente sin cambios después de consumida.

Acesulfame-K. Es 200 veces más dulce que el azúcar. Tiene un sabor dulce limpio que desaparece rápidamente sin dejar resabio. Este edulcorante no es metabolizado por el organismo y se excreta sin alteración en la orina, por lo que no provee energía.

Revisando algunas etiquetas de productos encontré que la mermelada “Clemente Jacques” contiene benzoato de sodio como conservador mientras que la cajeta “Coronado” contiene sorbato de potasio como conservador. La salsa de tomate tipo catsup “Clemente Jacques” también contiene benzoato de potasio como conservador y saborizante artificial, la salsa picante “Valentina” contiene benzoato de sodio y la salsa de soya para marinar y sazonar “Kikkoman” también contiene benzoato de sodio como conservador. Cabe destacar que la mayoría de los refrescos entre ellos Fanta, Pepsi, Coca Cola y Sprite contienen benzoato de sodio además de colorantes artificiales.

Por ello la senadora María Elena Orantes López pide como consideraciones la necesidad de que la Secretaría de Salud genere las acciones pertinentes para la realización de una valoración científica rigurosa y completa sobre los aditivos

⁴⁶ Ídem

alimentarios utilizados en la elaboración de golosinas, bebidas y alimentos, antes de que se autorice su uso para consumo humano, basados en la revisión de todos los datos toxicológicos disponibles además de limitar o retirar del mercado la gama de alimentos y bebidas en que dicho aditivo sobrepase los estándares permitidos y pongan en riesgo la salud de los mexicanos.

A todo lo anterior añade como un punto de acuerdo que autoridades del sector salud se aseguren a través de campañas publicitarias y de comunicación social, de que los consumidores no ingieran una cantidad excesiva de productos que contengan un determinado aditivo, que les lleve a sobrepasar los límites establecidos que pongan en riesgo su salud.

Me parece muy interesante lo que plantea la Senadora ya que considero que la alimentación es un factor muy importante para la presencia del TDAH pues el alto consumo de azúcares provoca falta de atención y concentración.

José Manuel Piedrafita dice que los azúcares blancos dan mucha energía pero que tan pronto viene de la misma forma se va y el niño ya no se pueda concentrar.⁴⁷

Desafortunadamente en las escuelas de los pequeños se fomenta el consumo de estos alimentos como dulces, bebidas y chicharrones, en fin, comida chatarra con alto contenido de azúcar y harinas. Es muy común que se ubiquen dentro de los colegios puestos llamados “cooperativa” que tienen entre sus más altas ventas estos productos.

Por esta situación el 22 de septiembre del 2008, el director del Poder del Consumidor, Alejandro Calvillo dijo “La presencia de ciertos aditivos de uso común en alimentos procesados industrialmente, están generando déficit de atención e hiperactividad entre los niños. El déficit de atención y la hiperactividad entre los niños es la principal causa de visitas al psicólogo en nuestro país. Y esto genera un grave Problema al interior de las escuelas, en todo el proceso educativo”. También sugirió que se eduque a los menores para evitar el consumo de este tipo de productos: “la

⁴⁷ PIEDRAFITA MORENO, José Manuel. Op. cit. Pág. 30

Secretaría de Educación Pública, las escuelas tienen que velar por la salud de los niños, no solamente por la educación”⁴⁸

Otra de las preocupaciones de los Senadores y Diputados de la LIX legislatura es la siguiente:

El 28 de mayo del 2008 se publicó en la gaceta del Senado de la República que la diputada Susana Monreal Ávila perteneciente al Partido Revolucionario Democrático (PRD) plantea una iniciativa con proyecto de decreto que reforma y adiciona diversas disposiciones de la ley general de educación, en materia de atender la problemática de la prescripción y administración de fármacos en centros escolares a educandos que presentan síntomas de TDAH.⁴⁹

Sus motivos son los siguientes:

- Este padecimiento es "diagnosticado" no por médicos especialistas sino por servidores públicos del sistema educativo, lo que provoca que los niños sean víctimas de discriminación, abusos e incluso inducción al tratamiento con medicamentos, sin previa receta médica y diagnóstico profesional.
- Aún cuando los medicamentos estén autorizados por la Secretaría de Salud, son clasificados como psicotrópicos y pueden afectar la salud, inducir a la adicción y motivar la marginación de los educandos de su proceso educativo.
- En México existen aproximadamente 1 millón 600 mil niños con TDAH, pero sólo el 8 % ciento está diagnosticado y tratado.

Éste proyecto es muy importante ya que se está cometiendo el error de clasificar como inatentos e hiperactivos a niños que sólo tienen problemas en su casa o que simplemente son inquietos, pero además no sólo se comete esa equivocación, también erróneamente medican a los pequeños personas, en este caso maestros que no tienen los fundamentos necesarios para dar un diagnóstico certero.

Me parece fundamental que se busquen soluciones alternas a este trastorno y no sólo se opte por la medicación con fármacos que a la larga pueden causar daños irreparables.

⁴⁸ http://oncetv-ipn.net/noticias/?modulo=despliegue&dt_fecha=2008-09-22&numnota=63 23 de septiembre del 2008 12:30 hrs.

⁴⁹ <http://www.senado.gob.mx/gace.php?sesion=2008/05/28/1&documento=26> 18 de agosto 2008 12:40 hrs.

Realmente este interés por Diputados y Senadores de nuestro país hacia el TDAH ha surgido desde hace muy poco tiempo pero es de esperar que poco a poco se lleven a cabo sus propuestas y que cada día se busquen más soluciones ante ésta problemática.

En éste capítulo he manifestado lo importantes que son 4 aspectos: personal y socioafectivo, sociocultural, económico y político, en la vida de un niño que padece TDAH.

Como conclusión de este rubro puedo decir que la afectividad tiene un papel significativo en el aprendizaje de un niño al igual que la autoestima cuestión que se encuentra muy baja en los niños que padecen éste trastorno.

Por otro parte, la situación actual de nuestro país en tanto equidad de género como en condición económica ha provocado que padres y madres de familia pasen menos tiempo con sus hijos y a causa de los altos índices de delincuencia, los niños viven encerrados en sus casas haciendo abuso de la tecnología y no desarrollando su psicomotricidad, que es básica para un buen desempeño escolar.

Entre otras cosas, el tener en casa a un niño con TDAH genera muchos gastos debido a los altos costos que implican el diagnóstico y tratamiento para su padecimiento. Además de que se ha generado un mercado en la comercialización de productos, terapias, libros, etc. que coadyuvan a entender y tratar adecuadamente a quien presente TDAH.

Por último, en el aspecto político, recientemente surge una preocupación por parte de senadores y diputados lanzando iniciativas y solicitudes para que se atienda debidamente el TDAH y se genere consciencia en la sociedad para la detección oportuna de este mismo, de igual forma piden que se suspendan ciertos alimentos dañinos para la salud de los mexicanos y que se sancionen a todas aquellas instituciones que proporcionen diagnósticos falsos de niños con éste padecimiento y que no conformes los mediquen dentro de sus instalaciones.

Capítulo 3. Propuesta pedagógica para profesores de preescolar con alumnos que presentan Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad dentro de aula.

La educación es el proceso mediante el cual se forma la personalidad del sujeto, en este caso llámese niño, en tanto que es un ser flexible, maleable y con capacidad de absorber conocimientos.

Existen tres tipos de educación: la educación formal, la no formal y la informal.

La educación formal hace referencia a las escuelas de todos los niveles, institutos y otros, en los cuales se otorga un papel de validez oficial; la educación no formal se refiere a los cursos, academias, etc. los cuales no tienen validez oficial; sin embargo nos proveen de conocimiento y por último la educación informal es la educación que se adquiere a lo largo de la vida y esta se da en casa.

La educación inicial o bien, preescolar forma parte de la denominada educación formal, y es ésta la que debe brindar un espacio idóneo para que el niño sea capaz de adquirir ciertas habilidades y potenciar sus aptitudes para toda la vida, es por ello que el docente tiene la responsabilidad de enriquecer su práctica pedagógica con estrategias innovadoras y creativas.

Desafortunadamente en nuestro país encontramos a docentes no comprometidos con su labor, carecemos de profesionales con verdadera vocación dentro de las escuelas en nuestro país y si a eso añadimos que la labor del docente no es bien remunerada en el sentido económico y en el personal de manera que no es reconocido el esfuerzo y dedicación así como el tiempo brindado a sus alumnos.

Podríamos decir que los docentes se encuentran estresados y esto es causado por lo siguiente¹:

- El alumnado. La falta de atención, comportamiento inquieto, falta de respeto, etc.
- El contexto sociocultural. La actitud protectora de los padres, los cambios tecnológicos, los cambios en las estructuras familiares, etc.

¹ DE PAGÉS BERGÉS, Eugenia et REÑE TEULÉ, Alba. *Cómo ser docente y no morir en el intento. Técnicas de concentración y relajación en el aula.* Pág. 33

- La valoración del profesorado. Las excesivas exigencias de algunos padres, la falta de reconocimiento por parte de la Administración, los juicios de valor de los medios de comunicación, etc.
- Las condiciones laborales. Los horarios, la cantidad de trabajo, el salario, los recursos materiales, etc.

Todo esto repercute en la función del docente, de manera que afecta en la motivación para actualizarse y esforzarse por ser un mejor docente; por ello no existe compromiso con los alumnos y las necesidades educativas de cada uno de ellos.

En las 4 entrevistas realizadas a las maestras de preescolar con una experiencia laboral de 15 a 17 años en la Institución y con grupos de entre 30 y 35 alumnos dijeron:

La importancia de que los niños cursen preescolar es porque es la base de su educación y ahí adquieren habilidades y capacidades que le permiten al niño acceder al siguiente nivel escolar, además les ayuda a socializar, a ser autónomos y adquirir una madurez física, cognitiva y emocional.

Asimismo hicieron hincapié en que las habilidades que adquieren los niños en preescolar son motrices, físicas, oculo manuales, matemáticas ya que aprenden a hacer razonamientos para resolver problemas de sumar, restar, de igualar cantidades; y que también adquieren actitudes para relacionarse con otros niños, aprender a trabajar en pares y a construir su autoestima.

En relación a las actividades diarias que realizan los niños mencionan que dependen de la situación didáctica que estén trabajando las maestras, y que ellas se basan en el Programa de Educación Preescolar (PEP 04), el cual establece que deben de trabajar con situaciones didácticas en los seis campos formativos que son: desarrollo físico, lenguaje, matemáticas, exploración y conocimiento del mundo, expresión artísticas y desarrollo físico y salud.

Aquí es conveniente mencionar la terminología adecuada de los campos formativos que son: Desarrollo personal y social, Lenguaje y comunicación, pensamiento matemático, exploración y conocimiento del mundo, expresión y apreciación artísticas y desarrollo físico y salud.

Actualmente, resulta determinante precisar que se trabaja por medio de competencias y estas se integran con actividades que proporcionan un aprendizaje significativo para el niño.

A lo largo del ciclo escolar las maestras llevan a cabo evaluaciones a los niños, en primera instancia se realiza una evaluación diagnóstica la cual consta de una entrevista con los padres para detectar algún posible problema en el desarrollo del niño y una evaluación de los conocimientos previos del niño con los cuales se planean actividades, posteriormente aplican una evaluación continua en donde diariamente observan a uno o dos niños, qué es lo que hacen y cómo, los cuestionan y recaban evidencias que les permite a fina del mes hacer un balance de sus actividades, para valorar cuales les resultan efectivas y cuales no; por último, realizan a todos sus alumnos una evaluación al termino del ciclo escolar, haciendo un reporte general del grupo.

Cabe mencionar que las maestras consideran importante la detección oportuna de un problema de aprendizaje ya que esto les da la pauta para apoyar al niño y brindarle la ayuda que necesita o saber si es necesario una atención especializada, y así poder pueden implementar estrategias o de lo contrario pueden causar tropiezos y limitar el aprendizaje del niño en lo particular e impactar al grupo en su totalidad

La forma en que las profesoras detectan un “problema en el niño” es en primera instancia por la entrevista inicial con los padres, posteriormente por medio de la observación, si el niño es capaz de comprender instrucciones y de ejecutarlas además de la forma en qué manipula materiales que pueden ser desde una crayola hasta una pelota.

Al detectar un comportamiento “anormal” en el niño, ellas lo canalizan al Centro de Atención Psicopedagógica de Educación Preescolar (CAPEP), una institución que apoya a niños con necesidades especiales y ellos ayudan a las maestras a detectar si es un problema de aprendizaje o si es problema de conducta o un problema físico como visión o audición. De acuerdo al problema que el niño tenga, hacen todo un reporte, hablan con el padre de familia, le dan indicaciones y pueden atenderlo en la misma institución o son canalizados a otras instituciones.

De los cuatro grupos a cargo de las maestras que entrevisté, reconocen que hay niños con problemas de audición, lenguaje, niños que les cuesta trabajo poner atención y concentrarse.

En general, las estrategias utilizadas por parte de las maestras que emplean ellas para captar la atención de los niños son: uso de materiales gráficos, libros, láminas, dibujos, música, juegos, la organización de los espacios en el salón y la modulación de voz.

Por otra parte, las estrategias que emplean las maestras para lograr que se concentren sus alumnos son: gimnasia cerebral, que con un espejo sigan la imagen, las burbujas, apagar las luces del salón y reflejar una luz para que la sigan pero reconocen que realmente son pocas.

Ahora bien, la forma en que aplican disciplina en los niños es estableciendo reglas en conjunto con ellos y cuando las rompen primero conversan pero cuando es frecuente entonces hay castigos como omitir el recreo o quedarse en un lugar por 5 minutos. Una maestra comentó que ella les enseña reglas de convivencia por medio de una caricatura llamada “Las reglas también son para los changos” en dónde el chango rebasa las normas de convivencia, en el salón grita pero nunca pide la palabra, al cruzar la calle no se fija si vienen autos, al comer una fruta tira la cáscara y es así como hacen conciencia los niños.

Entre los factores que influyen en el desempeño escolar del niño de acuerdo a comentarios externados por las profesoras, se encuentran los siguientes: la falta de atención de los padres hacia sus hijos, el nivel económico de las familias, y ello repercute en la mala alimentación de los niños y un aspecto muy importante es el conocimiento previo ya que si el niño aprende cosas importantes entonces va a tener un buen desempeño escolar.

Las maestras tienen la responsabilidad de inculcar hábitos de estudio en sus alumnos como los siguientes: que realicen su tarea todos los días y busquen un lugar adecuado para ello que se encuentre limpio, además inculcan el hábito de la lectura y ver programas televisivos con un buen mensaje que les proporcionen algún aprendizaje.

Antes de concluir con las clases realizan una relajación con los niños como: escuchar música, cantar una canción, permanecer callados un momento, recostarse sobre la mesa, hacer respiraciones, decir una rima o hacer un juego.

Las maestras están en constante capacitación acudiendo solamente a los cursos impartidos en la escuela como ha sido de creatividad, matemáticas, educación sexual y recientemente revisión del PEP y la Ley General de la Educación.

Finalmente, las maestras no saben con exactitud qué es el TDAH, cuáles son sus características y tratamientos sólo saben que los niños que lo padecen se distraen fácilmente y no logran concentrarse; sin embargo, les gustaría contar con información acerca de este trastorno y consideran que los responsables de proporcionarles esa información son en primera instancia, la Secretaría de Educación Pública (SEP), CAPEP y por último reconocen que también son ellas quienes deben de acercarse a las fuentes de información sobre el TDAH o algún otro “problema” que presenten sus alumnos.

Es por todas estas razones que he decidido formar un tercer capítulo en mi investigación, denominado “propuesta pedagógica para profesores de preescolar con alumnos que presentan Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad dentro de aula” el cual consta de diversas estrategias de tipo educacional, físico y conductual; todas estas pueden ser llevadas a cabo dentro del aula para beneficio de niños con TDAH de la misma manera que para niños que no lo presentan.

En primera instancia hablaré de las estrategias educacionales.

3.1 Estrategias educacionales

Hoy en día podemos darnos cuenta de que todos tenemos distintas formas de aprender, distintas formas de estudiar y que cada uno de nosotros nos apropiamos del conocimiento a nuestra manera.

Como seres únicos e individuales que son los estudiantes, los docentes no pueden homogenizar a un grupo entero y enseñarles a todos de la misma forma esperando que aprendan por igual, es por ello que actualmente se propone a los profesores descubran qué tipo de inteligencia posee cada uno de sus alumnos y cuál es su estilo de aprendizaje. Para ello, es importante explicar qué son las inteligencias

múltiples y cuáles son los estilos de aprendizaje. Enseguida daré una explicación de cada una de ellas.

3.1.1 Inteligencias múltiples

Es observable que algunos alumnos aprenden más fácilmente que otros; hay algunos que pueden ser excelentes en el deporte pero no en las matemáticas, o bien, obtienen buenas calificaciones en clase de matemáticas pero no en educación física.

Aprender de mejor manera tiene que ver no sólo con la manera de representar la información, sino también con el modo de procesarla en nuestro cerebro, es decir, con los tipos de inteligencia que tenemos más desarrollados.²

El término de inteligencias múltiples fue otorgado a finales del siglo pasado por el psicólogo Howard Gardner quien clasificó a la inteligencia en ocho tipos: Lingüística-verbal, Lógica-matemática, Corporal-kinestésico, espacial, musical, intrapersonal, interpersonal y naturalista.

Cada una de estas tiene habilidades específicas que a continuación se precisaran.

a) Inteligencia Lingüística-verbal

Es la capacidad para usar palabras habladas, escritas u oídas. Permite a las personas comunicarse y encontrar significados a través de las palabras.

La capacidad auditiva del niño, su capacidad de oír y distinguir sonidos diferentes constituye un factor indispensable para el aprendizaje de la lectura y la escritura y, de la propia utilización de la sintaxis.³

Quienes tienen esta inteligencia poseen la habilidad de contar chistes, trabalenguas, contar historias y aprender con facilidad varios idiomas. Esta se encuentra en escritores, poetas, traductores, etc.

b) Inteligencia lógico-matemática

Permite a los niños usar y apreciar las relaciones abstractas. Despliegan esta inteligencia los científicos, matemáticos y filósofos.

² CONTRERAS GUTIERREZ, Ofelia et DEL BOSQUE FUENTES, Ana Elena. *Aprender con estrategia. Desarrollando mis inteligencias múltiples*. Pág. 17

³ ANTUNES, Celso. *Juegos para estimular las inteligencias múltiples*. Pág. 37

Hacia los seis años, la matematización de lo cotidiano se observa cuando aprende a descifrar y a comparar objetos grandes y pequeños, gruesos o delgados, estrechos y anchos, cercanos o lejanos, iguales o distintos. Un alumno comprenderá mejor los números, las operaciones matemáticas y los fundamentos de la geometría si puede hacerlos palpables. De este modo, materiales concretos como monedas, piedras, pedacitos de madera, conchas, bloques, cajas de cerillas, cuerdas y cordones hacen que los niños estimulen su razonamiento abstracto.

c) Corporal-kinestésico.

Permite a los niños usar su cuerpo o partes de él para crear productos o resolver problemas. Quienes poseen esta inteligencia prefieren hacer maquetas, así como gozar de actividades físicas (danza, teatro, mímica, etc.). Esta, implica algunos de los sentidos como son: la sensibilidad táctil, el sentido del gusto, la audición e incluso la percepción de aromas.

Los atletas, bailarines, coreógrafos, artesanos y mimos la ocupan mucho.

Resulta interesante destacar que, en el caso de un atleta que hace un movimiento de defensa excepcional, marca un gol de fábula, logra un enceste mágico o una extraordinaria parada, el éxito no está vinculado al dominio cognoscitivo de la acción, ya que todas las personas son capaces de concebirlo en su imaginación, sino en el uso del cuerpo para llegar, con eficacia y extrema precisión, a la “solución del problema” que ese atleta buscaba en ese caso.⁴

d) Inteligencia espacial.

Es capacidad para visualizar objetos o lugares con movimientos y dimensiones, hace posible que los individuos perciban información visual o espacial.

Las principales líneas de estimulación en los juegos espaciales pretenden desarrollar el sentido de la lateralidad del niño, su percepción y ulterior operación con conceptos tales como “izquierda o derecha”, “arriba o abajo”, “cercano o lejano”.

El hecho de correr sin tropezar con cosas indica una buena percepción espacial, el manejar también implica este tipo de inteligencia. Sin embargo, se observa con más frecuencia en arquitectos, geógrafos, marineros, etc.

⁴ Ibidem. Pág. 109

e) *Inteligencia musical.*

Posibilita a los alumnos a comunicarse, crear y comprender significados por medio del sonido.

Los juegos propuestos para el estímulo de la inteligencia musical se presentan diferenciados en tres líneas: la primera, dirigida a “enseñar al niño a escuchar” (juegos estimuladores de la percepción auditiva); otra “explorando de modo más sutil su sensibilidad para las diferencias entre timbres y ruidos” (juegos estimuladores de la distinción de ruidos y sonidos); y la tercera, para la comprensión de los sonidos y para el progresivo dominio de la estructura rítmica.

Músicos y compositores tienen la capacidad y el interés de percibir ruidos medioambientales como el canto de los pájaros o el sonido del aire, por tal razón poseen esta inteligencia.

f) *Inteligencia interpersonal*

Es capacidad para entender los estados de ánimo y las preocupaciones de los demás. Los niños demuestran esta inteligencia cuando saben trabajar en grupos, cuando se dan cuenta y reaccionan ante los estados de ánimo de sus amigos y compañeros.

Es importante que en educación inicial (preescolar) se trabaje con este tipo de inteligencia ya que a partir de los tres años y medio de edad un niño empieza a convivir con otros niños de su edad y debe aprender a ser sociable y entender que al entrar a la escuela ya no va a ser el niño que tiene todas las atenciones de los padres y familiares a su alrededor sino que ahora existen también otros niños de los cuales el profesor debe estar pendiente.

En la siguiente tabla se especifica esta inteligencia por edad:⁵

Grupo de edad	Concepto de solidaridad y empatía.
3 años	Descubre un amigo. Acepta un compañero para los juegos y juguetes
4 a 5 años	Le gusta tener una “pandilla” de amigos y organizar travesuras.
5 a 6 años	Comienzan a formarse los clanes, grupos cerrados de amigos casi siempre del mismo sexo.

⁵ ANTUNES, Celso. Op. cit. Pág. 169

Esta inteligencia se encuentra presente en trabajadores sociales, psicólogos, pedagogos, etc.

g) Inteligencia intrapersonal

Es la capacidad para entender los sentimientos y emociones propias así como conocer habilidades y deficiencias respecto al desempeño personal.

En este tipo de inteligencia se trabaja con el estado de ánimo del niño, que aprenda a reconocer sus emociones y sentimientos y además que sea capaz de expresarlos y manifestarlos.

Los artistas como son los pintores o escultores presentan esta ya que, su estado de ánimo y emociones son plasmadas en sus obras de arte.

h) Inteligencia naturalista

Se refiere a la competencia para percibir la naturaleza de un modo integral y sentir procesos de acentuada empatía con los animales y los vegetales, afinidad que se puede extender al sentimiento ecológico y a la percepción de los ecosistemas y hábitats.

Las líneas de estimulación sugeridas para los juegos naturalistas deben alternar los procedimientos estimuladores de la curiosidad, con otros que implican actividades explícitas de exploración y de descubrimiento, simultáneamente integrados en juegos para la interacción interpersonal para las distintas formas de vida y otros que simulen aventuras.

Permite a los individuos distinguir, clasificar y utilizar elementos del ambiente urbano, suburbano, rural y natural. Tienen esta inteligencia los agricultores, jardineros, botánicos, geólogos, floristas y arqueólogos.⁶

Todas estas inteligencias, las poseen todos los alumnos, sólo que tienen desarrolladas unas más que otras y por ello la facilidad para aprender contenidos dependiendo de la inteligencia dominante.

Sólo para tener una recopilación de manera más simple se presenta el siguiente cuadro:⁷

⁶ CONTRERAS GUTIERREZ, Ofelia et DEL BOSQUE FUENTES, Ana Elena. Op. cit. Pág. 24

⁷ Ibidem. Págs. 27 y 28

ÁREA	DESTACA EN	LE GUSTA	APRENDE MEJOR
Lingüístico-verbal	Lectura, escritura, narración de historias, memorización de fechas, y el pensamiento de palabras.	Leer, escribir, contar, hablar, memorizar y resolver enigmas.	Leyendo, escuchando y viendo palabras, hablando, escribiendo, discutiendo y debatiendo.
Lógico-matemática	Matemáticas, razonamiento lógico, resolución de problemas y pautas.	Resolver problemas, cuestionar, trabajar con números y experimentar.	Usando pautas y relaciones, clasificando y trabajando con lo abstracto.
Espacial-visual	Lectura de mapas, gráficas, dibujar laberintos y rompecabezas, imaginar cosas y visualizar.	Diseñar, dibujar, construir, crear, soñar despierto y mirar dibujos,	Trabajando con dibujos y colores, visualizando, usando la imaginación y dibujando.
Corporal-kinestésica	Atletismo, danza, arte dramático, trabajos manuales y utilizar herramientas.	Moverse, tocar y hablar con el lenguaje corporal.	Tocando, moviéndose, procesando información por medio de sensaciones corporales.
Musical	Cantar, reconocer, sonidos y recordar melodías y ritmos.	Cantar, tararear, tocar un instrumento y escuchar música.	Ritmo, melodía, cantando y escuchando música y melodías.
Interpersonal	Entender a la gente, liderar, organizar, comunicar, resolver conflictos y vender.	Tener amigos y hablar y reunirse con gente	Compartiendo, comparando, relacionando, entrevistando y cooperando.
Intrapersonal	Entenderte a ti mismo, reconocer tus habilidades y deficiencias y establecer objetivos.	Trabajar solo, reflexionar y seguir tus intereses	Trabajando solo, haciendo proyectos a su ritmo, teniendo espacio y reflexionando
Naturalista	Entender la naturaleza, hacer distinciones e identificar la flora y la fauna.	Participar en la naturaleza y hacer distinciones.	Trabajando en medios naturales, explorando los seres vivos, aprendiendo acerca de las plantas y temas relacionados

Para mayor información acerca de juegos que fortalezcan cada una de estas inteligencias, ver (Anexo 5).

Otra estrategia educacional es la identificación del estilo de aprendizaje predominante en los alumnos. A continuación, una explicación de ellos.

3.1.2 Estilos de aprendizaje

El aprendizaje parte siempre de la recepción de algún tipo de información. De toda la información que recibimos seleccionamos una parte. Cuando analizamos cómo

seleccionamos la información, podemos distinguir entre alumnos visuales, auditivos y kinestésicos.⁸

Todos empleamos los tres estilos de aprendizaje en nuestra vida cotidiana; en algunas ocasiones somos visuales al recordar personas, imágenes de objetos, letras y colores. En otras ocasiones somos auditivos al escuchar música, al recordar voces de las personas, o al recordar alguna conversación y por último, también somos kinestésicos cuando bailamos y sentimos la cercanía con nuestra pareja, al abrazar a otras personas, y al recordar olores también empleamos esta último estilo de aprendizaje.

La mayoría de los alumnos, utilizan estos estilos de manera desigual, en cuanto más se emplea uno de ellos, más se desarrolla. Un ejemplo es el siguiente: Cuando alguien proporciona una dirección, algunos la comprenden fácilmente cuando se da un croquis de ella (visuales), otros entienden fácilmente si escuchan claramente las indicaciones de cómo llegar (auditivos), y otros más requieren de una explicación auditiva pero que también implique señalizaciones en movimiento “a tu derecha” y, mover la mano hacia la derecha, etc. (kinestésicos).

Este es un sencillo ejemplo pero si realmente se analiza todo lo que los niños hacen y cómo lo hacen, se podrá determinar qué estilo de aprendizaje tiene más desarrollado y por el cual se le facilita captar y retener información.

a) Sistema de representación visual

Aprende mejor cuando lee o ve la información de alguna manera, por ejemplo: en una clase los alumnos con este sistema de representación preferirán ver imágenes en el pizarrón o leer fotocopias además, quienes son visuales tienden a copiar todo lo que se encuentra en el pizarrón a sus cuadernos sin atender la explicación oral del profesor y saber así si esa información es verdaderamente importante o no.

La representación visual permite almacenar mucha información de manera conjunta y a mayor velocidad; visualizar ayuda a establecer relaciones entre ideas y conceptos.

⁸ Ibidem. Pág. 7

b) Sistema de representación auditivo.

Los alumnos auditivos aprenden mejor cuando reciben las explicaciones oralmente y cuando pueden hablar y explicar esa información a otra persona. Los alumnos que memorizan de forma auditiva no pueden olvidar ni una palabra, porque sólo saben recuperar la información con secuencias establecidas claramente, por ello, saltar pasos o recuperar a partir del todo no les es fácil.⁹

Es importante que a los niños en edad preescolar se les enseñe a escuchar o bien, se les potencialice el sistema de representación auditivo, en especial a los niños con TDAH ya que no prestan atención a las indicaciones y por el contrario suelen ser precipitados.

c) Sistema de representación Kinestésico

Cuando al procesar la información se asocia a las sensaciones y movimientos como al cuerpo, se utiliza el sistema kinestésico. Escribir a máquina o computadora es un ejemplo de aprendizaje kinestésico, de manera que aquellos que escriben bien, no necesitan ver en dónde está cada letra, sus dedos la localización de cada letra, pero aprender con este sistema es mucho más lento que los otros dos ya que es una forma distinta de aprender.

Los alumnos kinestésicos aprenden estando en movimiento con el cuerpo. “Una vez que sabemos algo con nuestro cuerpo y que lo hemos aprendido con la memoria muscular, será muy difícil que se nos olvide.”¹⁰

La escuela, en términos generales, tiende a privilegiar los sistemas de representación visual y auditivo sobre el kinestésico; sin embargo, es conveniente señalar que el estilo de representación que menos se olvida es este último, por ejemplo: si una persona aprendió a andar en bicicleta cuando tenía seis años y han pasado más de 10 años sin que lo practique, seguramente podrá hacerlo sin problemas, al igual que caminar, bailar o nadar, porque lo que el cuerpo aprende no lo olvida.

En general estas son estrategias educativas que pueden ayudar al profesor de preescolar en su labor docente para que el niño que presenta TDAH y el que no,

⁹ GUTIERREZ, Ofelia et DEL BOSQUE FUENTES, Ana Elena. Op. cit. Pág. 14.

¹⁰ Ídem.

aprenda de una mejor forma y no sólo de manera tradicional sino que también se incluyan actividades en movimiento. (Véase anexo 6).

Otro tipo de estrategias benéficas para los docentes son las que incrementan la concentración como la gimnasia cerebral y los mandalas que además son de facilidad para los niños pequeños.

3.2 Estrategias para la concentración

Alcanzar la concentración para un niño con TDAH es un tanto difícil, y para un maestro de preescolar que tiene alumnos de 4 a 6 años y con la presencia de dicho déficit, es aún más complejo lograr que se concentre en las actividades diarias, por ello considero relevante, proporcionar ciertas estrategias que sean interesantes para los pequeños pero que también sean de gran ayuda para los profesores.

En primera instancia la gimnasia cerebral es una buena alternativa y en segunda los mandalas ya que son divertidos para los niños y tiene múltiples beneficios.

3.2.1 Gimnasia cerebral

La gimnasia cerebral, son una serie de ejercicios que implican movimiento del cuerpo pero que además activan las redes neuronales y conecta los dos hemisferios cerebrales: derecho (encargado de la parte creativa) y el izquierdo (encargado de la parte racional).

La gimnasia cerebral permite un aprendizaje integral, usando todo el cerebro en conjunción con el cuerpo y descartando la antigua idea de que aquél sólo se realiza en la cabeza; en efecto, ahora sabemos que las sensaciones, los movimientos, las emociones y las funciones primordiales del cerebro están fundadas en el cuerpo.¹¹

Desde que un individuo nace, son las propias experiencias las que determinan su aprendizaje, el medio en el que se desenvuelve, los movimientos que realiza, el uso de sus sentidos, entre otras cosas que le proporcionan conocimiento y mientras más experiencias tenga el individuo mayor será éste.

Pero ¿cómo se da el aprendizaje? Es una pregunta que Luz Maria Ibarra, maestra y entrenadora de Programación neurolingüística responde en su libro Gimnasia

¹¹ IBARRA, Luz María. Op. cit. Pág. 11

cerebral “Cuando interactuamos con el mundo. En el cerebro y en nuestro cuerpo este aprendizaje toma forma de comunicación entre neuronas, que son células especializadas adaptadas específicamente para transmitir mensajes eléctricos a través de todo el cuerpo por medio de las ramificaciones que poseen llamadas dendritas”¹²

Mediante la unión de un botón terminal con una dendrita se da lo que se llama sinapsis y es por medio de éstas sinapsis que se transmiten los mensajes. Cuando realizamos movimientos o recibimos estímulos sensoriales, las neuronas forman redes neuronales de manera que van creciendo.

La primera vez que aprendemos algo lo hacemos lentamente, con cierto ritmo; es como encontrarse en un lugar desconocido. Pero cuando activamos repetidamente nuestras neuronas, se producirá más mielina (sustancia que incrementa la velocidad en la transmisión de los impulsos nerviosos, aísla, protege y asiste la regeneración de los nervios cuando han sido dañados; por ello, a mayor mielina, más rápida la transmisión del mensaje).¹³

La gimnasia cerebral permite a los niños aprender en mejores circunstancias, coordinar su cuerpo y activar sus dos hemisferios cerebrales, se recomienda practicar estos ejercicios (Ver anexo 7) antes de iniciar clases o de tener una evaluación para que así se puedan obtener resultados favorables

Otra estrategia muy divertida y que proporciona concentración es un mandala.

3.2.2 Mandalas

Mandala significa “círculo” en sánscrito y tiene su origen en la India, es un centro energético de equilibrio y purificación que ayuda a transformar el entorno y la mente. Su principal objetivo es fomentar la concentración de la energía en un sólo punto. En la cultura occidental, Carl Gustav Jung (médico, psiquiatra, psicólogo y ensayista, pionero de la psicología profunda), los utilizó en terapias con el objetivo de alcanzar la búsqueda de individualidad en los seres humanos. Jung solía interpretar sus sueños dibujando un mandala diariamente, en esta actividad descubrió la relación

¹² Ibidem. Pág. 15

¹³ Ibidem. Pág. 16

que éstos tenían con su centro y a partir de allí elaboró una teoría sobre la estructura de la psique humana. Según Carl Jung, “los mandalas representan la totalidad de la mente, abarcando tanto el consciente como el inconsciente”.¹⁴

Las formas básicas más utilizadas son: círculos, triángulos, cuadrados y rectángulos. Estos tienen diversos beneficios dependiendo de la función que se les da.

- *Mandalas infantiles como medio de expresión.*

A través del color, el niño se expresa. Expresa su mundo interior, pensamientos, ideas, estados de ánimo y relaciones con el mundo.

- *Mandalas infantiles como técnica de relajación.*

Un niño se relajará utilizando un tipo de expresión no verbal. Tradicionalmente la educación es analítica, todo tiene una relación de causa a efecto, los procesos siguen una lógica definida. Con ello se trabaja casi en exclusiva el hemisferio cerebral izquierdo que procesa la información verbal, que codifica y decodifica el habla. Se ha dado muy poca importancia al hemisferio cerebral derecho, el cual se expresa por la creatividad. Trabajar la educación artística de forma sistemática es abrir al niño a un mundo en que la fantasía y la percepción multisensorial serán para él nuevas posibilidades de enriquecimiento y de expresión.

- *Mandalas infantiles como medio de superación de situaciones emocionales negativas (fobias, ansiedad, temores nocturnos, acosos escolares, experiencias traumáticas).*

Mientras se pinta, en el subconsciente desaparecen los problemas porque la persona se encuentra en un estado de total relajación y concentración. Para el niño pintar o crear mandalas puede ser un medio de autoterapia.

Los mandalas se pueden dibujar o iluminar, sin embargo propongo que en el caso de los niños de preescolar, se les proporcione sólo para iluminar debido a que es un tanto complejo para ellos realizarlo como es debido.

¹⁴ <http://comunidad-escolar.cnice.mec.es/796/experi.html> 1 de abril del 2009 11:15 hrs.

Cómo iluminarlos¹⁵:

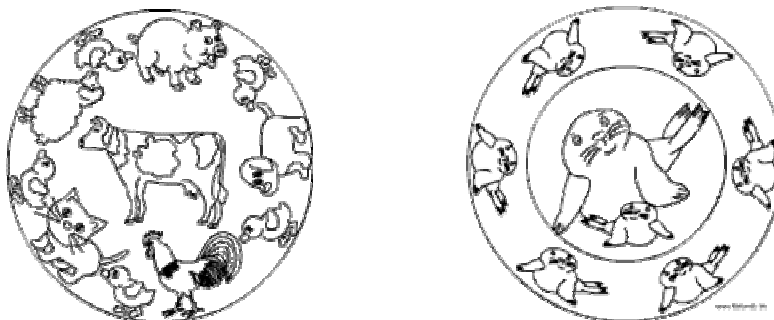
- Buscar un lugar tranquilo,
- Es conveniente empezar a pintarlo de afuera hacia adentro, esto representa el autoconocimiento de lo externo hacia el interior.
- Decidir la dirección en que se va a iluminarlo y tratar de mantenerla.
- Al elegir los colores hacerlo de manera intuitiva ¡no importa que no combinen los colores entre si! de esta manera se podrá descifrar el estado de ánimo de la persona.
- Tal vez de sueño el proceso, si el niño está tenso, el mandala está cumpliendo con la relajación, es normal, en este caso es preferible dejar el mandala.
- Si no se termina el mandala en ese momento, dejarlo así, la próxima vez que se quiera pintar uno, elegir uno nuevo, con colores que vayan más acorde con su estado de ánimo en ese momento.

Pueden ser pintados con colores, crayolas, pinceles y acuarelas.

Hay variedad de mandalas incluso pueden ser utilizados en temas específicos como transportes, frutas y verduras, animales, etc. Es recomendable iniciar primero con mandalas muy sencillos y poco a poco más complejos.

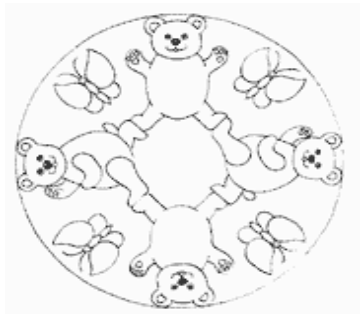
Los mandalas se pueden encontrar en libros o bien, descargarlos de Internet ya que existen páginas con mandalas especiales para niños.

Algunos ejemplos son los siguientes¹⁶:



¹⁵ <http://www.free-mandala.com/es/start.html> 29 de septiembre del 2007 18:00 hrs.

¹⁶ Ídem.



3.3 Estrategias físicas

La condición física del alumno es primordial para que tenga un buen desempeño académico. En el caso de los niños con TDAH es importante que el profesor tenga estrategias para mantenerlo tranquilo reduciendo el movimiento excesivo (hiperactividad) y logrando que el alumno pase más tiempo sentado en actividades que así lo requieran.

Las estrategias que brindo son para mantener tranquilo al pequeño ayudándole a equilibrar su energía. Estas estrategias son: Relajación, visualización y gimnasia infantil.

3.3.1 Relajación

La relajación tiene un papel relevante hoy en día debido a sus beneficios ya que, la sociedad se encuentra muy estresada y los niños también son víctimas de este estrés y de la vida tan acelerada que llevan sus padres y maestros.

El estrés es el proceso adaptativo, que activa una serie de mecanismos de emergencia (aumento de la frecuencia cardíaca, tensión muscular, respiración rápida...) resultantes de una reacción hormonal, de consecuencias no siempre negativas.¹⁷

Existen dos tipos de estrés, el negativo (distrés) y el positivo (eutrés).

El eutrés se percibe como algo motivador mientras que el distrés se activa cuando la dificultad de la tarea es muy alta y ocasiona impotencia.

Para que el distrés se convierta en eutrés es importante realizar ejercicios de relajación.

¹⁷ DE PAGÉS BERGÉS, Eugenia et REÑE TEULÉ, Alba. Op. cit. Pág. 15.

La relajación consiste en aflojar los músculos y distender tanto el cuerpo como el espíritu.

En el ámbito académico, el estrés negativo es notable cuando:

- Falta la concentración y atención
- Disminuye el rendimiento
- Hay fracaso escolar
- Se presenta constante irritabilidad

Por ello la relajación coadyuva a inhibir el distrés.

Parte importante de la relajación es la respiración. (Anexo 8).

Una vez dominada la respiración, se puede dar paso a la relajación del cuerpo que consiste en ser conscientes de cada una de las partes del cuerpo e ir aflojando o tensando cada una de ellas, en compañía de una respiración constante y tranquila.

Ejemplo:¹⁸

Relajación dinámica

Este ejercicio reduce la tensión en pocos minutos de forma efectiva. Consiste en tensar, solamente para poder sentir un ligero y perceptible incremento de la tensión, y después aflojar diferentes grupos musculares, mantén el resto del cuerpo relajado. El tiempo de relajación debe ser más largo que el de la tensión. Por ejemplo, si contamos hasta cinco al tensar, utilizaremos el doble del tiempo, aproximadamente al aflojar.

Instrucciones:

1. Colócate en la posición correcta
2. Cierra los ojos y concéntrate en la respiración
3. Ahora, mientras tú respiras lentamente, ve relajándote y suéltate.
 - Atención a los pies
 - Encoge los músculos de tus pies, contando lentamente hasta cinco y aflójalos.
 - Sigue respirando suavemente
 - Pausa
 - Atención a las piernas
 - Presta atención únicamente a las piernas
 - Inspiración: encoge los músculos de las piernas; cuenta 1, 2, 3, 4, 5
 - Espiración; aflójalos

¹⁸ Ibidem Págs. 116-118

- Pausa
- Atención a la espalda
- Inspiración: estira al máximo los músculos de la espalda, expandiendo las costillas (1, 2, 3, 4, 5)
- Espiración: aflójalos
- Vuelve a la respiración
- Pausa
- Atención al abdomen
- ¿Cómo está? ¿Tenso, duro, flojo?
- Hínchalo mientras inspiras (1, 2, 3, 4, 5)
- Aflójalo mientras espiras
- Relájate
- Pausa
- Atención al pecho
- Respira muy despacio
- Fíjate en los hombros ¿Uno está más tenso que otro?
- Eleva los hombros en dirección a las orejas mientras inspiras (1, 2, 3, 4, 5)
- Aprovecha la espiración para hacer una distensión de la musculatura del pecho y los hombros.
- Relájate
- Pausa
- Atención a los brazos y las manos
- Cierra las manos (1, 2, 3, 4, 5) y contrae la musculatura de los brazos y manos, mientras inspiras
- Abre muy lentamente las manos y disminuye la tensión de los brazos y de las manos, mientras espiras.
- Pausa
- Atención a la mandíbula y los músculos faciales
- Observa la mandíbula ¿Cómo está? ¿Apretada, suelta?
- Contrae los músculos faciales (ojos, nariz, boca) apretando la mandíbula, como si hicieras una mueca.
- Relaja los músculos faciales
- Pausa

- Atención a la frente y la cabeza
- Al inspirar, arruga los músculos de la frente
- Relájalos mientras espiras
- Pausa
- Centra la atención en la respiración
- Disfruta de la respiración y la relajación de todo el cuerpo
- Pausa (1 minuto)
- Ahora cuenta hasta tres y empieza a mover muy lentamente los pies, las manos y la cabeza hacia la derecha y hacia la izquierda. Finalmente abre los ojos y fíjate que estás despierto y en calma. Cuenta 1, 2, 3.

Una vez practicada la respiración y la relajación se da paso a la visualización

3.3.2 Visualización

Una visualización está formada simplemente por pensamientos. Por ejemplo, mientras conduces para ir a trabajar, empiezas a imaginar el día que te espera. En realidad puedes ver el lugar de trabajo, y cómo tu y tus compañeros realizan juntos alguna actividad. Probablemente no te des cuenta, pero aparte de estas imágenes que visualizas en tu mente, de estos pensamientos o imaginaciones, también están participando muchos otros sentidos y sentimientos.¹⁹

La capacidad de imaginación y creatividad la tienen muy desarrollada los niños, por esta razón, el uso de las visualizaciones pueden ser de gran ayuda para los profesores ya que es muy fácil y divertida para los alumnos.

El pensamiento es una forma rápida, ligera y móvil de energía. Se manifiesta al instante, a diferencia de formas más densas como la materia.²⁰

Cuando hacemos algo, siempre lo hacemos primero en forma de pensamiento. Ejemplo: “Voy a hacer mi tarea”, “Tengo que ir a la escuela”, etc. Y enseguida se cumple esta acción.

El realizar una visualización tiene muchos beneficios:²¹

¹⁹ CURRAN, Ellen. *Visualizaciones interactivas para curar a los niños. Cómo alcanzar el bienestar a través de las imágenes mentales*. Pág. 14

²⁰ GAWAIN, Shakti. *Visualización creativa*. Pág. 17

- Relaja y reduce el estrés
- Aumentan la capacidad del niño para afrontar dificultades
- Reducen la ansiedad y el miedo
- Mejoran el rendimiento deportivo
- Disminuyen los efectos secundarios de los medicamentos
- Ayudan a afrontar enfermedades crónicas
- Mejoran la propia imagen
- Ayudan a hablar en público
- Intervienen en las situaciones estresantes o críticas
- Estimulan la creatividad y refuerzan la imaginación
- Bajan la tensión sanguínea.

Realizar una visualización tiene todos estos beneficios siempre y cuando sea ejecutada correctamente, es decir, debe haber una previa relajación y control de la respiración, además, en el caso de los niños con TDAH la visualización debe ser guiada por el profesor.

Los niños son muy flexibles y pueden estar preparados para disfrutar de la tranquilidad en su vida y dedicar un tiempo para pensar en imágenes de reinas, duendes, hadas, príncipes, un sin fin de cosas creadas por su imaginación.

Antes de comenzar una sesión de visualización es indispensable seguir los siguientes pasos:

- Realizar respiración tranquila para tranquilizarse
- Explicar al niño el proceso de visualización de manera sencilla y breve
- Explicar al niño que durante la visualización se le pedirá que escuche, huelga, saboree y olfatee para que sepa cuando tenga que hacerlo.
- Tomar en cuenta que los niños son muy receptivos a los estados de ánimo y las emociones de los adultos.

Un ejemplo de visualización se encuentra en el anexo 9.

²¹ CURRAN, Ellen. Op.cit. Págs. 33 y 34

Es de gran importancia mencionar que los mismos profesores pueden crear visualizaciones dirigidas, especiales a las necesidades de sus alumnos, solamente requieren de creatividad, tiempo e interés por los niños.

Las maestras de preescolar tienen a su cargo diversas tareas con sus alumnos y llevan la responsabilidad de una planeación basada en los campos formativos del Programa de Educación Preescolar, mejor conocido como PEP pero también tienen a cargo las actividades relacionadas con cantos y juegos y con educación física.

Pensando en esto, otra estrategia física que pueden trabajar las y los maestros de preescolar, es la gimnasia infantil.

3.3.3 Gimnasia Infantil

La gimnasia es importante ya que el niño aprende a desarrollarse a través del juego. El juego es una ocasión para desahogar las energías físicas y psíquicas que al mismo tiempo estimula e implica al niño para que obtenga lo mejor de sí mismo coordinando todas sus facultades.²²

La gimnasia requiere movimientos del cuerpo y es entre los cuatro y los seis años de edad que el niño necesita estar muy activo, por esta razón, es indispensable darle la oportunidad de moverse y que mejor manera que a través del juego.

Las capacidades físicas son la fuerza, la velocidad, la resistencia y la movilidad articular. La capacidad de fuerza sufre una notable mejora entre los tres y los cinco años, mientras que la velocidad y la resistencia revelan un notable aumento entre el séptimo y décimo año de vida. La movilidad articular es en cambio máxima durante la infancia y retrocede, si no está oportunamente entrenada, a medida que nos acercamos a la edad adulta.²³

La gimnasia infantil puede realizarse a cualquier hora del día ya sea durante quince minutos o una hora, según la disponibilidad de los niños. (Ver anexo 10).

3.4 Ludoterapias

La Neurociencia y la Neuropedagogía están de acuerdo con que en el organismo humano existe un inmenso laboratorio, para poder sintetizar sustancias similares a los

²² SALARIS, Anna. *Gimnasia para los niños*. Pág. 9

²³ *Ibidem* Pág. 14.

productos que la industria farmacéutica fabrica, y aun más de poder construir otro tipo de medicamentos. De esta manera el ser humano podría suplir de manera más efectiva todos aquellos tratamientos que utiliza la medicina para los problemas relacionados con la hiperactividad, inatención, impulsividad, autismo y otras.²⁴

Por medio de las ludoterapias y de actividades terapéuticas se puede equilibrar la producción de sustancias en el cerebro, dichas sustancias que hacen que un niño padezca TDAH.

Las ludoterapias son técnicas en las cuales el juego permite un aumento natural de la secreción de estas sustancias endógenas para poder balancear los sistemas nervioso, endocrino e inmunológico.²⁵

Las ludoterapias, son juegos en los que se secretan ciertas sustancias que son benéficas para trastornos como el TDAH.

En los niños con ADD/ADHD se ha evidenciado a nivel neurológico la disminución de la actividad metabólica en el cortex frontal. También una descompensación en la producción de neurotransmisores como la dopamina, se relacionan con la regulación del impulso y del control en los lóbulos frontales en niños diagnosticados con este tipo de trastornos. Lo anterior afecta en gran medida el equilibrio bioquímico de otras sustancias mensajeras del cerebro humano, como las relacionadas con la serotonina, acetilcolina, noradrenalina, endorfinas y dinorfinas,²⁶

Lo que plantea la Neuropedagogía es que por medio del juego aumentan los niveles de dopamina y ésta regula la fantasía, la creatividad, la tensión y la hiperactividad, casi cuando los niveles de dopamina son muy elevados, ésta se convierte en noradrenalina, la cual permite que los niños con TDAH permanezcan atentos.

Las ludoterapias son una buena opción para tratar a los niños en vez de medicarlos con ritalina, la cual tiene efectos secundarios (Capítulo 1)

Las ludoterapias lo que intentan es hacer que el cuerpo del niño y su cerebro produzcan mayor cantidad de opiáceos que van a actuar de forma similar o superior que los fármacos tradicionales usados como la ritalina que químicamente se ha

²⁴ JIMENEZ V., Carlos Alberto. *Ludoterapias. Terapias alternativas desde la Neuropedagogía y la lúdica para trastornos del comportamiento, del desarrollo y del aprendizaje. ADD/ADHD.* Pág. 16.

²⁵ Ibidem. Pág. 17

²⁶ Ibidem. Pág. 16

demostrado que actúan en forma similar a la “cocaína”, tienen contraindicaciones entre muchas otras como las relacionadas con la predisposición y la adicción al uso inclusive de otro tipo de sustancias psicoactivas.²⁷

Entre las ludoterapias que recomienda Carlos Alberto Jiménez V. autor del libro “Ludoterapias Terapias alternativas desde la Neuropedagogía y la lúdica para transtornos del comportamiento, del desarrollo y del aprendizaje. ADD/ADHD” se encuentran las siguientes:

- Risoterapia. La risa es un movimiento muscular que libera endorfinas cerebrales y que disminuye el estrés. Al reírse se activan los músculos de la cara, del diafragma y del abdomen.

Como beneficios psíquicos, permite la estimulación de las facultades intelectuales, aumenta la rapidez para ejecutar tareas, desaparece la angustia, depresión, ansiedad y estrés.

Se ha demostrado que reír tiene muchos beneficios, entre los cuales se encuentre el de cohesionar un grupo. Por lo tanto, permitir reír en clase, o incluso provocar las risas-siempre dentro de los límites- no es perder el tiempo ni una muestra de poca autoridad, sino un ejercicio que nos permitirá trabajar ,mejor en clase y, en definitiva, sentirnos mejor.²⁸

- Yoga lúdico. Consiste en que los niños imiten animales de su entorno cotidiano, utilizando su cuerpo para representarlo, acompañado de sonidos del animal o con los sonidos que se le ocurran al niño y una respiración lenta y consciente. Ejemplos: pájaros, ranas, serpientes, etc. (ver anexo 12)

Con estos ejercicios lúdicos en el niño con hiperactividad o déficit de atención se origina un aumento en la sincronía y en la coherencia de ondas cerebrales, produce un mayor grado de concentración en la atención, disminución de la hiperactividad motora y de la presión arterial, aumento de endorfinas, el ritmo, metabólico desciende, el insomnio, el estrés y la ansiedad disminuyen.²⁹

²⁷ Ibidem. Pág. 84

²⁸ DE PAGÉS BERGÉS, Eugenia et REÑE TEULÉ, Alba. Op. cit. Pág. 85

²⁹ JIMENEZ V., Carlos Alberto. Op. cit. Pág. 126.

- Juegos homeostáticos. Este tipo de juegos persigue recuperar el equilibrio químico que debe existir entre el sistema nervioso, endocrino e inmunológico. Consiste en realizar juegos cotidianos que involucren vueltas, giros, balance y equilibrio, esto puede ser empleando columpios, pelotas grandes y colchonetas. Con la realización de estos, se produce serotonina encargada de la calma y regula el sueño. (Ver anexo 11)
- Ludoterapias inteligentes. Estas se refieren a las inteligencias múltiples y a los estilos de aprendizaje, los cuales ya fueron mencionados al inicio de este capítulo.

Hasta el momento, la propuesta se ha basado en una serie de actividades y juegos a llevar dentro del aula que son de utilidad para las y los profesores que tienen en sus grupos a niños con dificultades para aprender como es el caso de los niños con TDAH, estos, suelen ser un tanto difíciles de tratar por su energía, impulsividad y falta de atención, por ello, también es indispensable ser precisos en establecer límites para que mejore su conducta.

En el siguiente apartado, hablaré de la importancia de la disciplina en estos pequeños y proporcionaré estrategias a los profesores para coadyuvar con su labor diaria.

3.5 Estrategias conductuales

Mejorar la conducta de un niño con TDAH, sobre todo por su agresividad, es una tarea ardua pero no imposible. Todos los niños necesitan disciplina, necesitan límites para posteriormente ser adultos felices e íntegros.

La disciplina no necesariamente se refiere a castigos y maltratos al pequeño, disciplina también habla de amor, aceptación y cuidados.

Esto lo explicaré a mayor profundidad.

3.5.1 Disciplina

Es importante determinar desde el principio la diferencia entre disciplina y disciplinar, términos que no significan lo mismo.

Como sustantivo, disciplina se entiende comúnmente como comportamiento y orden de acuerdo con las reglas y los reglamentos, o comportamiento que se logra por medio de la enseñanza, como el caso de la “disciplina en clase”. Disciplinar, es llevar a un estado de orden y obediencia por medio de la enseñanza y el control y “castigar o penalizar; corregir, reformar”³⁰

En este caso, me referiré solamente al sustantivo disciplina y soy muy precisa para que no haya confusiones, ya que los maestros no deben controlar esperando obediencia rigurosa por parte de sus alumnos.

Por esta razón, considero que el término adecuado para definir la disciplina, es el siguiente:

La disciplina es el conjunto de estrategias que los adultos podemos aplicar para que los menores a nuestro cargo puedan distinguir lo aceptable de lo inaceptable de su conducta y de la de los demás, dentro del contexto específico de la sociedad en la que viven y de acuerdo con los valores que dicha sociedad considera deseables.³¹

Para llevar a cabo la disciplina es preciso que el profesor sea firme, lo cual quiere decir que tenga la capacidad de poner límites y hacer que se cumplan con el fin de consolidar los valores que se quieren transmitir.

La firmeza se puede clasificar en tres niveles:

- Firmeza alta. En esta se establecen límites claramente y cuando no se respetan, se llevan a cabo consecuencias. (causa-efecto)
- Firmeza media. Se establecen límites no muy claros e inconsistentes y cuando se rompen a veces tienen consecuencias y a veces no.
- Firmeza baja. No se establecen límites por la idea de causar daño al niño.

Una vez aclarados estos términos, se puede continuar con la disciplina preventiva.

3.5.2 Disciplina preventiva

Como su nombre lo dice, se trata de prevenir y para ello es oportuno que a inicio de ciclo escolar, los profesores presenten sus reglas y establezcan un acuerdo con sus

³⁰ GORDON, Thomas. *Cómo enseñar Autodisciplina a los niños en el hogar y en la escuela*. Págs. 3 y 4

³¹ SCHMILL HERRERA, Vidal. *Disciplina inteligente en la escuela. Hacia una pedagogía de la no-violencia*. Pág. 61

alumnos así como brindar una breve explicación de las actividades diarias y cómo deben llevarse a cabo (entrada, recreo, salida, lavarse las manos.)

La disciplina preventiva se basa en un plan que contemple:³²

- Las reglas. Conductas que se deben tener en el aula
- Los derechos y los privilegios que los alumnos tiene por el sólo hecho de ser parte de la comunidad de aprendizaje dentro del marco y los límites que las reglas establecen.
- Las consecuencias, los privilegios y derechos que los alumnos eligen perder en caso de romper las reglas.

Es elemental iniciar identificando los momentos en los que los alumnos tienden a producir desorden o caos. Por ejemplo: después del recreo, al salir de clase, durante actos cívicos, en simulacros, visitas guiadas, entre otras) Todo esto, con el fin de llevar a cabo un procedimiento, es decir, una serie de pasos a seguir para obtener un resultado específico.

Se requieren tres pasos para la enseñanza de procedimientos en la escuela:³³

- Explicar
 - Definir el procedimiento en términos concretos
 - Demostrar el procedimiento, no sólo decirlo
- Ensayar
 - Hacer que los alumnos practiquen el procedimiento
- Reforzar
 - Si es necesario el refuerzo, volver a enseñar el procedimiento y dar retroalimentación.

(Ver anexo 12)

El Profesor debe diseñar sus propios procedimientos sobre determinados momentos que puedan generar desorden.

Es importante que el profesor tenga cerca de él a los alumnos que se distraen fácilmente o aquellos que se muestren inquietos para así ahorrar tiempo y detener algo que podría convertirse en caos.

³² Ibidem. Pág. 92

³³ Ibidem. Pág. 99

Ya previstos los “momentos de peligro” por así llamarlos, ahora si se puede aplicar la disciplina de una manera inteligente.

3.5.3 Disciplina inteligente

Se le denomina disciplina inteligente porque no está basada en premios y castigos, ya que propician que el niño obtenga o pierda algo a cambio de su conducta.

En las escuelas, los maestros tienden a utilizar las recompensas como son las estrellas doradas, las buenas calificaciones, entre otros privilegios. Sin embargo no resultan muy efectivas y pueden generar baja autoestima en los niños que no logran estas recompensas, como en el caso de un niño con TDAH.

Las dificultades que se encuentran al usar recompensas son las siguientes:

- Cuando las recompensas pierden su valor. El repetir frecuentemente o siempre una recompensa (una estrellita, un sello o más tiempo de recreo) y es alcanzada por el niño, pierde el interés y motivación para alcanzar siempre lo mismo.
- Cuando las recompensas parecen difíciles de conseguir. En el caso de un niño con Déficit de atención con hiperactividad, suele ser muy difícil obtener buenas notas en la escuela y como el precio es demasiado alto pues entonces no funciona.
- Cuando la ausencia de recompensas se percibe como castigo. Si los niños se acostumbran a recibir frecuentemente recompensas, pueden preocuparse y sentir que es un castigo cuando no las reciben.

Esas razones que las recompensas y los castigos no funcionan, por ello, es mejor dar un reconocimiento a los alumnos por las actitudes y habilidades dignas de reconocer.

Para que un ser humano actúe de manera positiva en cualquier ámbito de su vida, necesita sentir que es tomado en cuenta, que notan que lo hace.

Estos reconocimientos deben ser sólo en casos extraordinarios y pueden ser:

- Personales. Un toque en el hombro, una palmada en la espalda, un abrazo, una nota en su cuaderno, felicitación en voz baja.

- En público. Comentar con su familia sus logros, un aplauso, exhibición de un trabajo, carta para los padres.

Ahora bien, debido a que no se usan castigos ¿Qué hacer ante conductas inaceptables de los alumnos?

Obligarlos a dar la cara y que reparen el daño causado cuando éste existe. No hay mejor estrategia disciplinaria que propiciar que se asuma la responsabilidad, responder por lo hecho y honesta y respetuosamente intentar repararlo o resarcir a quien se afectó en la medida de lo posible.³⁴

Por esta razón, es necesario clasificar las faltas como leves, intermedias, graves y extraordinarias.

Las faltas leves son conductas inaceptables pero que no tienen consecuencias trascendentes y las resuelve sólo el profesor.

Las faltas intermedias producen una afectación o daño a otros y debe resolverlas el profesor junto con el director o psicólogo de la institución.

Las faltas graves son aquellas que realmente tienen trascendencia negativa contra alguien más o para sí mismo y estas ya no sólo corresponden al maestro sino que también a toda la escuela y padres de familia.

Las faltas extraordinarias son aquellas que rebasan la competencia de la escuela y ponen en peligro la vida, salud, libertad del alumno y de otras personas.

Para ver ejemplos de estas faltas a nivel preescolar y qué hacer en esos casos. (Ver anexo 13)

Todo esto es parte de una disciplina inteligente no basada en recompensas y castigos como tal sino en prevención y reconocimiento de las habilidades de cada niño.

En todo este capítulo, se han brindado diversas estrategias a las maestras y maestros de educación preescolar, con el fin de enriquecer su labor docente y coadyuvar con la enseñanza a niños con dificultades para aprender como son los niños con TDAH.

³⁴ SCHMILL HERRERA, Vidal. Op. cit. Pág. 233

Un diagnóstico y un tratamiento adecuado para un niño con TDAH, requiere del trabajo de varios profesionistas entre los que se encuentra el docente, quien debe estar informado de características, así como de diversas estrategias que puedan facilitar el aprendizaje de niños con dificultades para aprender. Por esta razón, las estrategias que propongo son educacionales como las inteligencias múltiples y los estilos de aprendizaje que no ven a un niño con “problemas” sino a un niño que tiene una forma distinta de aprender. También estrategias para lograr concentración, estas son divertidas y fáciles para los niños y así mismo de gran ayuda para las y los maestros. Estrategias físicas, importantes para un buen estado de salud del pequeño. Además ludoterapias, que son terapias a través del juego y que sin darse cuenta los profesores pueden hacer mucho por un niño con TDAH por medio del juego y a la vez produciendo sustancias químicas en el cerebro que equilibran la impulsividad y la hiperactividad en el niño. Y por último, estrategias conductuales para poner límites a los pequeños y así, previniendo situaciones a futuro que puedan dañar al mismo niño y/o dañar a otras personas más.

Toda esta propuesta, basada en la recopilación de estrategias de diversa índole, se encuentra ejemplificada con juegos sencillos, divertidos y educativos para los pequeños ya que la finalidad de toda esta investigación es, brindar información útil a los profesores de educación preescolar respecto al Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad, desde qué es, sus características, causas, consecuencias, diagnóstico y tratamiento (primer capítulo), pasando por ciertos aspectos importantes respecto al TDAH y que además ayuda a comprender el porqué los niños tengan comportamientos que se pueden considerar como “problemas de aprendizaje” y que en realidad son una consecuencia de la vida que llevamos como sociedad (segundo capítulo) y por último brindando estrategias que los profesores pueden aplicar diariamente en el aula y pueden solucionar muchas dificultades en su labor de enseñanza (práctica).

Y es así como al final de esta investigación he llegado a ciertas conclusiones que serán explicadas en el apartado correspondiente.

CONCLUSIONES

El Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), es un trastorno que afecta aproximadamente a 1.6 millones de niños y adolescentes, sin embargo aún no se logra hacer conciencia en la sociedad, incluyendo padres y profesores, de tal manera que es necesaria la información a los docentes de nivel preescolar acerca de las características, diagnóstico, tratamiento y estrategias para llevar a cabo dentro del salón de clases y así coadyuvar a que el niño tenga un desarrollo integral.

En lo referente al diagnóstico acertado de un TDAH, existen límites muy estrechos con otros padecimientos como son: trastornos del lenguaje, conducta, ansiedad, depresión entre otros de manera que aún para los médicos y especialistas les es difícil proporcionar un diagnóstico acertado de este padecimiento.

Aún no se comprueban las causas precisas del Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad, sólo se encuentran posibilidades de diversa índole ante este trastorno, por esta razón es indispensable tomar en cuenta el ambiente en el que se desenvuelve el niño como es el hogar y la escuela así como los hábitos y costumbres llevados a cabo dentro de estas dos, incluyendo alimentación, manejo y abuso de tecnología al igual que actividades libres que realiza el niño. Todo esto con la finalidad de que los padres de familia puedan detectar y prevenir dificultades en sus hijos y no esperen a que sean detectados en la escuela ya que, la mayor parte de los casos de niños con TDAH son detectados en edad escolar debido a que el profesor observa conductas “anormales” en el niño, es decir, que sobresale por su comportamiento no común a la mayoría de sus alumnos.

Es importante recalcar que un diagnóstico oportuno de un niño con TDAH evita que su desarrollo sea afectado y limitado de manera que en vez de prevenir situaciones, se agraven al incorporarse problemas para aprender y así obtener bajas calificaciones o hasta deserciones.

Hoy en día existen diversos tratamientos que coadyuvan al desarrollo del niño como son:

- Psicosocial (conducta y educación)
- Farmacológico (medicamentos)

- Alternativos (dieta equilibrada, flores de Bach, yoga, delfinoterapia y equinoterapia).

Un diagnóstico y tratamiento adecuado del Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad representa una fuerte inversión económica la cual no está al alcance de todos los padres de familia con niños que padecen este trastorno. Sin embargo, puede evitar que el niño se vea afectado en su autoestima debido a las burlas por parte de sus compañeros así como a calificativos por parte de los maestros.

Asimismo es significativo mencionar que Senadores y Diputados han hecho solicitudes a la Comisión de Salud y la Comisión de la Educación para lograr un cambio en las escuelas y así beneficiar a niños con TDAH al igual que disminuir los índices de este padecimiento, sin embargo, aún cuando son buenas propuestas y solicitudes no hay seguimiento de ellas y se quedan sólo como eso, simples propuestas.

Por último, desde mi óptica como pedagoga me percato que la contribución del perfil de la Licenciatura de Pedagogía de la FES Aragón, en una sociedad como la nuestra es una herramienta fundamental en el proceso de formación del sujeto, ya que permite tener una mirada distinta, desde las diversas áreas de la pedagogía (psicopedagogía, docencia, capacitación e investigación) de los diferentes fenómenos educativos, culturales, sociológicos y políticos del país.

En esta línea de investigación el pedagogo interviene de las siguientes maneras:

- Como psicopedagogo. Aplicando tests, cuestionarios, pruebas psicométricas y entrevistas a padres y maestros, esto en lo referente a un diagnóstico y también proporcionando un tratamiento psicosocial. Materias como teorías psicológicas y educación, problemas de aprendizaje y taller de aprendizaje, pensamiento y creatividad me proporcionan formación en esta área.
- Como docente. Realizando evaluaciones a lo largo del ciclo escolar detectando así las necesidades específicas de sus alumnos así como potenciando sus habilidades, dentro de esta área el docente tiene la capacidad de ser propositivo y creativo en el currículo escolar al igual que emplear diversos materiales didácticos facilitando el proceso enseñanza-

aprendizaje. Materias como didáctica general I y II, taller de evaluación de los aprendizajes, taller de didácticas especiales y taller de diseño de estrategias de aprendizaje proporcionan la formación del pedagogo como docente.

- Como capacitador. Informando a padres, maestros, personal educativo y en general a la sociedad acerca del TDAH, sus características, causas, consecuencias, tratamientos y de que manera puede influir cada uno de ellos en la vida de un pequeño con TDAH, esta información puede ser proporcionada en pláticas, conferencias, talleres y cursos. Materias como diseño de recursos didácticos, taller de capacitación laboral y taller de didáctica e innovaciones tecnológicas proporcionan una formación en esta área.
- Como investigador. Buscando en todo tipo de fuentes de información acerca del TDAH y cuantificando datos sobre el tipo de población que lo presenta con mayor frecuencia, así como cifras representadas en gráficas. Materias como Investigación pedagógica, taller de investigación pedagógica y educativa y taller en estudios estadísticos en educación forman al pedagogo en esta área.

Finalmente, el proceso de formación que he llevado en la Licenciatura en Pedagogía me permite ahora proponer estrategias recopiladas sencillas y accesibles que las lleven a cabo las maestras de educación preescolar comprendiendo y facilitando el proceso de aprendizaje en un niño con TDAH. Todas estas las he efectuado en mi práctica profesional, ya que, he establecido un Centro Psicopedagógico de Estimulación Prenatal y Temprana debido a las diversas problemáticas que aquejan a los pequeños de una sociedad como la nuestra, aparentemente revolucionada pero que a su vez lleva a un retroceso de sus habilidades.

Estas estrategias son:

- Educativas (inteligencias múltiples y estilos de aprendizaje). Cada niño tiene una forma muy particular de aprender, algunos aprenden observando, otros escuchando y otros más tocando, en mi experiencia laboral, los niños pequeños tienen gran capacidad auditiva, por lo tanto la música es fundamental en su desarrollo; así mismo, el uso de sus sentidos lleva la

información directamente al cerebro por esta razón aprender tocando (tacto) y haciendo es altamente efectivo para los niños.

- Para la concentración (gimnasia cerebral y mandalas). la gimnasia cerebral se puede ocupar como un juego grupal y a la vez tiene muchos beneficios ya que esta, trabaja con los dos hemisferios del cerebro es decir la parte racional y la emocional. Los mandalas son divertidos, entretenidos y por medio de ellos los niños pueden expresar su creatividad empleando los colores que ellos prefieran; particularmente los he empleado en niños de 4 a 10 años observando que se concentran y relajan durante esta actividad.
- Físicas (relajación, visualización y gimnasia infantil). Actualmente los padres de familia llevan un ritmo acelerado en sus actividades, el cual transmiten a los niños, sobre todo las madres desde su embarazo, por ello, estrategias como la relajación y la visualización me parecen oportunas en la estimulación prenatal debido a que todo lo sienta, piense y actué la madre se lo transmite al bebé. Por tal motivo, estas estrategias son aplicables tanto a bebés, niños y adultos; por su parte, la visualización permite el desarrollo de la imaginación y creatividad además de ayudar a sanar física, mental y emocionalmente a quienes la utilizan.
- Ludoterapias (risoterapia, yoga lúdico y juegos homeostáticos). La risa proporciona beneficios físicos y emocionales, el yoga lúdico también y en especial los juegos homeostáticos, yo los he llevado a cabo en estimulación temprana sobre todo para trabajar coordinación motriz gruesa implicando con ello, equilibrio, esquema corporal y noción espacial.
- Conductuales (disciplina preventiva e inteligente). El uso de la disciplina es fundamental en el desarrollo de un niño, la familia y la escuela deben contar con estrategias sencillas y sin que dañen la autoestima de los niños, esto se conoce como disciplina inteligente. En lo personal, en mi trabajo debo aplicar disciplina con los niños para poder establecer una buena relación con ellos.

Todas estas son herramientas necesarias para ayudar a los pequeños, son sencillas y aplicables para todo tipo de personas llámense niños, adolescentes o adultos; sólo es cuestión de tiempo y compromiso por parte de los maestros para llevarlas a cabo

y así atender y entender las necesidades educativas de cada uno de sus alumnos respecto a la educación escolar.

Me parece importante que si la Secretaría de Educación Pública (SEP) no proporciona a las maestras los elementos necesarios para cumplir con su labor educativa, ellas deben actualizarse buscando nuevas estrategias para aplicar con sus alumnos. Por mi parte, buscaré canales de intervención (pláticas, conferencias, talleres) para que mi trabajo se vea reflejado de una manera más formal.

Considero también que debe haber un reconocimiento al trabajo de cada una de las maestras, principalmente por parte de los padres de familia, ya que en sus manos esta la formación y la educación de los niños.

Es así, como todos los conocimientos aprendidos a lo largo de mi carrera han sido la base en la realización de esta investigación al igual que en mi trabajo profesional ya que de una u otra manera las estrategias aquí propuestas las he llevado a cabo en mi práctica laboral diaria.

Fuentes de consulta

Bibliográficas

- Asociación Mexicana de Estimulación Prenatal y Temprana A. C. *Manual de Instructor en estimulación temprana*. Mayo del 2008
- ARMSTRONG, Thomas. *Síndrome de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (ADD/ADHD): Estrategias en el aula*. Paidós, 2ª reimp. Buenos Aires, 2005, 141 págs.
- AVILA DE ENCIO, Maria del Carmen et POLAINO-LORENTE, Aquilino. *Niños hiperactivos: comportamiento, diagnóstico, tratamiento, ayuda familiar y escolar*. Editorial Alfaomega. México, 2002, 126 págs.
- BAENA PAZ, Guillermina. *Instrumentos de investigación: Manual para elaborar trabajos de investigación y tesis profesionales*. Editores Mexicanos Unidos. México, 1979, 189 Págs.
- BORUNDA MIRANDA, Gloria Hilda. *Actividades terapéuticas para niños con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad: Guía práctica con ejercicios*. Editorial Trillas. México, 2008, 152 Págs.
- ANTUNES, Celso. *Juegos para estimular las inteligencias múltiples*. Narcea ediciones, 2ª ed. Madrid, 2006, 205 págs.
- CONTRERAS GUTIERREZ, Ofelia. *Aprender con estrategia: desarrollando mis inteligencias múltiples*. Editorial Pax México. México, 2004, 126 págs.
- CURRAN, Ellen. *Visualizaciones interactivas para curar a los niños. Cómo alcanzar el bienestar a través de las imágenes mentales*. Ediciones Oniro, España, 2002, 189 Págs.
- DE LA GARZA GUTIERREZ, Fidel. *Hiperactividad y Déficit de Atención en niños y adultos*. Trillas, 1ª Reimp. México, 2007, 192 págs.
- DE PAGÉS BERGÉS, Eugenia et REÑE TEULÉ, Alba. *Cómo ser docente y no morir en el intento. Técnicas de concentración y relajación en el aula*. Editorial Graó, Barcelona, 2008, 190 Págs.

- GARCIA GALERA, Maria del Carmen. *Televisión, violencia e infancia. El impacto en los medios* Editorial Gedisa, Colección estudios de televisión núm. 6, 1ª edición, Barcelona, 2000, 222 Págs.
- GAWAIN, Shakti. *Visualización creativa*. Selector, 3ª reimp. México, 2007, 165 págs.
- GOLDBERG, Sally. *Juegos para ayudar a aprender a tu hijo*. Ediciones Oniro, España, 2005, 255 págs.
- GORDON, Thomas. *Cómo enseñar Autodisciplina a los niños en el hogar y en la escuela*. Editorial Diana, 2ª imp. México, 2006, 308 págs.
- GREENFIELD MARKS, Patricia. *El niño y los medios de comunicación*. Ediciones Morata, Serie Broker núm. 10, Madrid, 1985, 243 págs.
- HERNÁNDEZ SAMPIERI, Roberto. *Metodología de la investigación*. 4ª ed. McGraw Hill Interamericana. México, 2006, 850 págs.
- HELLIN, Rosario. *Vitaminas y minerales. Guía completa. Dónde se encuentran y cuántas necesitamos*. Susaeta ediciones, Madrid, 1988, 128 págs.
- IBARRA, Luz María. *Aprende mejor con gimnasia cerebral*. Garnik Ediciones, 9ª ed. México, 1999, 124 págs.
- JIMENEZ V., Carlos Alberto. *Ludoterapias. Terapias alternativas desde la Neuropedagogía y la lúdica para trastornos del comportamiento, del desarrollo y del aprendizaje. ADD/ADHD*. Cooperativa Editorial Magisterio. Bogotá, 2007, 216 págs.
- JOSELEVICH, Estrella. *Síndrome de déficit de atención con o sin hiperactividad (A.D. /H.D.) en niños, adolescentes y adultos*. Paidós. 1ª reimp. México, 2000, 223 págs.
- LANIADO, Nessia et PIETRA, Gianfilippo. *Videojuegos, Internet y televisión. Como evitar sus efectos perjudiciales en nuestros hijos*. Ediciones Oniro, España, 2005, 123 págs.
- LOWAR, Lucy. *Cómo desarrollar la memoria*. Editorial de Vecchi Barcelona, 2003, 269 págs.

- MASLOW, Abraham. *Motivación y personalidad*. Ediciones Díaz de Santos. España, 1991, 436 Págs.
- MORENO, Alonso. *Energía y vitalidad*. Editores Mexicanos Unidos, México, 2002, 94 págs.
- MORDUCHOWICZ, Roxana. *A mí la tele me enseña muchas cosas: la educación en medios para alumnos de sectores populares*. Paidós, 1ª reimp. Buenos aires, 2002, 183 págs.
- NADEAU, Micheline. *Juegos de relajación*. Ediciones octaedro. España, 2004, 140 págs.
- OROZCO, Guillermo. *Televisión y audiencias. Un enfoque cualitativo*. Ediciones de la Torre, Madrid, 1996, 207 Págs.
- PASTORINO, Maria Luisa. *La medicina floral de Edward Bach*. Ediciones Urano, Barcelona, 1989, 150 págs.
- PIEDRAFITA, José Manuel. *El trastorno de deficiencia de atención. ¿Realidad o conveniencia?*. Saga ediciones. Colección 3D educación. Argentina 2005, 94 Págs.
- RODRIGUEZ ESTRADA, Mauro et al. *Autoestima: Clave del éxito personal*. Editorial El Manual moderno. Serie: capacitación integral, 4. 2ª ed. México, 1988, 83 págs.
- SALARIS, Anna. *Gimnasia para los niños*. Editorial De Vecchi, Barcelona, 2000, 143 Págs.
- SALAZAR VILLAVA, Patricia. *El canto del elefante*. Grupo Editorial Tomo. 2ª ed. México, 2006, 152 págs.
- SLATER, Jonathan et FUERST, Mark. *Dime dónde te duele: Cómo descifrar las penas emocionales y molestias físicas de su hijo*. Grijalbo. México, 2003, 334 págs.
- SCHMILL HERRERA, Vidal. *Disciplina inteligente en la escuela. Hacia una pedagogía de la no-violencia*. Producciones Educación Aplicada, México, 2008, 378 págs.

- STEVENSON, Lindsay. *Niños genios, hiperactivos o malcriados*. 4ª ed. Editorial y distribuidora Leo. México, 2005, 128 págs.
- URRÁ, Javier et al. *Televisión: Impacto en la infancia*. Siglo XXI de España editores, España, 2000, 161 págs.
- VAN-WIELINK, Guillermo. *Déficit de Atención con Hiperactividad*. Editorial Trillas, 2ª ed. México, 2004, 293 Págs.

Direcciones electrónicas

- http://www.medicinadigital.com/index.php?option=com_content&task=view&id=9041&Itemid=136 5 de mayo 2008 18:00 hrs.
- <http://www.aeintegral.com.mx/ampiweb/padres/m1act.htm> 5 de mayo 2008 18:07 hrs.
- <http://www.tdah.org.mx/gtdahcausa.htm> 5 de mayo del 2008 18:26hrs.
- <http://www.esmas.com/salud/home/noticiashoy/584147.html> 26 de mayo del 2008 12:10 hrs.
- <http://plm.wyeth.com.mx/21198.htm> 8 de enero del 2007 20:31 hrs.
- http://www.spiralspring.com/c_SpirulinaTodos/fsParaTodos.html 1 de octubre del 2008 13:50 hrs.
- http://es.wikipedia.org/wiki/Ginkgo_biloba 1 de Diciembre del 2008 8:35 hrs.
- <http://www.enplenitud.com/cursos/yoga.asp> 2 de marzo del 2007 17:51 hrs.
- <http://www.neurofeedback.com.mx/index.html> 1 de Octubre 13:00 hrs.
- <http://www.acuarioaragon.com.mx/tda.html> 4 de noviembre del 2008 12:30 hrs.
- <http://www.cerla.org.mx/> 04 de noviembre del 2008 13:20 hrs.
- <http://www.inteligencia-emocional.org> 10 de septiembre del 2008 13:25 hrs.
- <http://www.surcultural.info/2008/04/manual-para-recreadores-de-ninos-con-capacidades-diferentes/> 3 de septiembre del 2008 18:20 hrs.

- http://es.wikipedia.org/wiki/Desarrollador_de_Juegos_de_Video 30 de enero del 2009 9:26 hrs.
- http://es.wikipedia.org/wiki/Eric_Harris_y_Dylan_Klebold 27 de febrero del 2009 15:00 hrs.
- http://www.ftc.gov/bcp/online/edcams/ratings/rateguide_es.shtm 10 de febrero del 2009 11:00 hrs.
- <http://www.amipci.org.mx/estudios/> 3 de marzo del 2009 11:20 hrs.
- <http://noticias.prodigy.msn.com/landing.aspx?cp-documentid=17649261> 10 de febrero del 2009 11:05 hrs.
- <http://www.contacto.novartis.com/PACIENTES/PRECIOS2.html> 10 de septiembre del 2008 12:00 hrs.
- <http://www.proyectodah.org.mx> 24 de septiembre del 2008 12:00 hrs.
- <http://www.senado.gob.mx/gace.php?sesion=2007/03/27/1&documento=53> 18 de agosto del 2008 12:44 hrs.
- http://www.elpoderdelconsumidor.org/alimentos_con_aditivos_alteran_conducta_infantil.html 23 de febrero del 2009 14:15 hrs.
- http://es.wikipedia.org/wiki/Benzoato_de_sodio 23 de febrero del 2009 14:20 hrs.
- <http://milksci.unizar.es/adit/conser.html> 19 de febrero del 2009 11:25 hrs.
- http://www.profeco.gob.mx/revista/publicaciones/adelantos_04/edulcorantes_abr04.pdf 1 de marzo del 2009 12:30 hrs.
- http://oncetv-ipn.net/noticias/?modulo=despliegue&dt_fecha=2008-09-22&numnota=63 23 de septiembre del 2008 12:30 hrs.
- <http://www.senado.gob.mx/gace.php?sesion=2008/05/28/1&documento=26> 18 de agosto 2008 12:40 hrs.

ANEXOS

ANEXO 1

Entrevista para Maestras

Jardín de niños

“Lauro Aguirre”

Nombre: María Alejandra Ledesma

Años laborando en la institución: 17 años

Grado escolar a su cargo: 3º

Fecha: 30 de enero del 2009

1. ¿Por cuántos niños ésta conformado el grupo que usted atiende?

35

2. ¿Cuál es la importancia de que los niños cursen preescolar?

Que adquieran un desarrollo, habilidades, capacidades que les permitan acceder al siguiente nivel escolar

3. ¿Qué habilidades adquieren los niños en la educación preescolar?

Principalmente habilidades comunicativas, que sepan expresarse, describir, que los niños sepan expresar sus ideas de una forma lógica además de eso también habilidades matemáticas, aprenden a hacer razonamientos para resolver problemas de sumar, restar, de igualar cantidades; también adquieren actitudes para relacionarse con otros niños, aprender a trabajar en pares, aprender a construir su autoestima.

4. ¿Qué actividades realizan los niños durante un día normal?

Diferentes actividades, según como yo lo considere, en las mañanas preferentemente hacemos alguna actividad, por ejemplo jugamos ya sea a contar, a reunir objetos esto es alguna habilidad matemática, después en un libro que se les pide a los niños a veces se reafirman los contenidos que estamos viendo, también tenemos actividades de escritura; los niños ya empiezan a copiar o por ejemplo hoy hicimos una actividad de música, cómo podemos dibujar la música. También hay días en que les toca educación física, tienen su maestro, vamos al salón de música, realizamos juegos, todo depende de la situación didáctica en la que estemos, por lo regular diario se les lee un libro, tienen su hora de recreo, pero todo depende de la secuencia que se tenga, ahora hay una variedad de actividades y podemos pasar de una actividad a otra.

5. ¿Se les realizan evaluaciones a los niños durante el ciclo escolar?

Si

6. ¿Qué tipo de evaluaciones les realiza a sus alumnos al paso del ciclo escolar?

Diario tenemos que observar a uno o dos niños por lo menos, qué es lo que están haciendo, cómo lo hacen, les hacemos algunas preguntas y estar recopilando evidencias del trabajo que están haciendo, a parte de eso se evalúa con el niño lo que hicimos, para qué y qué aprendimos con eso que hicimos y yo por mi parte tengo que hacer diariamente una redacción de lo que ocurrió en mi salón, cómo reaccionan los niños antes cierta actividad, si la actividad fácil o difícil para los niños, si el material que se les proporciono fue interesante, si yo me supe dirigir adecuadamente hacia los niños. Diario se evalúa y al final de mes yo tengo que hacer un balance para saber que es lo que me está resultando y tengo la flexibilidad del programa de cambiar, de modificar, de agregar, o puedo terminar algo porque considero que ya se lograron los propósitos.

7. Esta es una evaluación de contenido pero ¿se realiza una evaluación del niño?

Al principio se hace un diagnóstico de cada niño, qué es lo que sabe, con base en eso se planean actividades y de ahí se tienen que estar observando los niños y al final de año se hace un reporte general de todo el grupo.

8. ¿Considera usted que es importante la detección oportuna de un “posible problema de aprendizaje” en el niño? ¿Por qué?

Sí, porque eso nos da la pauta para poder apoyar al niño y brindarle la ayuda que necesita o si necesita alguna terapia, una atención especializada. Nada más que aquí tenemos a varios niños con problemas de lenguaje que prácticamente no los quisieron atender porque dicen que ya se están integrando niños con discapacidades a las escuelas regulares, el servicio de terapias que se tiene aquí se esta avocando más a esos niños en las escuelas que tienen esas discapacidades a niños que tiene problemas de pronunciación que dicen que no es tan grave y que mejor los atendamos nosotras o que los canalizamos a otras instituciones. Entonces lo que yo hice fue mandarle ejercicios al niño con la mamá para que los realizara en casa y ahora ya veo un gran avance en el niño.

Si es bien importante detectar a un niño pero principalmente que nos dieran el apoyo porque nosotras no somos especialistas.

9. ¿A dónde canalizan al niño cuando detectan algún problema?

Al CAPEP y según el problema que el niño tenga, ellas vienen aquí a la escuela y observan al niño, hacen todo un reporte, hablan con el padre de familia, le dan indicaciones y según lo que el niño tenga aquí los atienden o los canalizan a otras instituciones.

10. ¿Qué tipo de problemas atienden en CAPEP?

De “lenguaje”, motricidad y cognitivo

11. ¿Cómo detecta usted un problema de aprendizaje en un niño?

Pues al estar observando si el niño es capaz de comprender instrucciones, de ejecutarlas, cómo manipula materiales (crayola o hasta una pelota) si el niño tiene dificultad pues entonces pasa algo además realizamos una entrevista inicial con los padres para tomar datos sobre el niño, su nacimiento, si tuvo algún problema, todo eso lo vamos capturando y con base en eso podemos decir si el niño necesita atención especializada o si requiere estimulación, entonces se procede a hablar con los padres para que entre escuela y padres se le ayude.

12. ¿Considera que en éste grupo se encuentran niños con dificultades para aprender?

No, de aprendizaje no

13. Entonces ¿De qué tipo?

Diríamos nada más de lenguaje pero nada más es cuestión de darles ejercicios.

14. Dentro del aula ¿Qué estrategias emplea usted para captar la atención de los pequeños?

Desde materiales gráficos, libros, laminas, dibujos, música, juegos, conversaciones hasta imitar por ejemplo los animalitos.

15. ¿Usted conoce estrategias para que los niños logren una mayor concentración?

Digamos que muy poquitas, por ejemplo yo he leído el libro de Gimnasia cerebral, y les ayuda a los niños a hacer respiraciones, a apretarse la nariz, a jalarse las orejas, es lo que propone ese libro para que el niño se calme, baje su ansiedad y empiece a abrir sus canales perceptivos.

16. ¿Qué hace usted cuando un niño está muy inquieto durante la clase?

En primera me le acerco a él, yo soy de tocar a los niños y decirle “oye amiguito apúrate” les pregunto y les hablo mucho.

17. ¿Cómo ejerce disciplina en los niños?

A través de reglas que ellos mismos me ayudan a ponerlas, yo les hablo mucho y les planteo problemas, ellos tienden mucho a decir “no pegar, no gritar, puro no, no, no” yo se los cambio y les digo hablar en voz baja, caminar en el salón sin correr para no tropezar con las cosas, yo se las cambio, esa es la forma en que yo pongo disciplina en el salón y cuando hay niños que ni así quieren entonces yo tomo otras medidas, a lo mejor si es un niño muy agresivo, primero hablo con su mamá y le explico y doy sugerencias para que el niño entienda y que si el niño no quiere entonces ponerle limites.

18. ¿Qué tipo de castigos emplea en los niños?

Lo que yo hago es preguntarles a los demás niños qué hacer y ellos dicen ¡castíguelo maestra! lo más que hago es dejarlos sin recreo, sin jugar cuando el niño esta pegando lo pongo 5 minutos en un lugar para que se calme y cuando quiera trabajar entonces se vaya a su lugar.

19. ¿En qué casos es necesario utilizar castigos?

Cuando no quieren trabajar o están pegando a su compañeros.

20. De acuerdo a su experiencia laboral ¿Qué factores influyen en el bueno o malo desempeño escolar de un niño?

Yo creo que varios, yo siempre he dicho que es algo en conjunto, cuando un niño no aprende o no entiende, es el maestro o es la familia a hasta el mismo niño. Yo pienso que influye tanto la falta de atención de los padres que es lo más común, que el padre no se interesa por lo que el niño está haciendo, si se le dejan tareas a veces no las hacen, las traen incompletas, eso es falta de atención a lo que se le pide al niño que realice, aparte yo veo que también influye la mala alimentación, niños que vienen sin desayunar, hay niños que niños que dicen que les duele el estomago porque no desayunaron o también influye la comida chatarra que les dan, que no les nutre. Otro factor es que se duermen muy tarde y vienen aquí bostezando, se acuestan en las mesas. Todo eso se conjuga, mala alimentación, falta de sueño, sin atención por parte de los padres y eso pone al niño en desventaja. Eso es lo que yo he observado a través de tantos años con niños y mamás, cuando yo oigo en la televisión que los maestros no enseñan, pero yo me pregunto, si a lo mejor hay maestros así pero les han preguntado a los padres de familia si apoyan a sus hijos, si están al pendiente de que sus hijos hagan su tarea, si ven sus cuadernos de vez en cuando, ven su mochila, si ven que coma bien, duerma bien, si tiene un espacio para hacer su tarea, aquí por ejemplo se les prestan

libros para que se los lleven a su casa y los lean y los regresan todos sucios, lo cual significa que el niño hizo lo que quiso con el libro. Mas que nada es la familia, que a veces el ambiente no es el optimo para el niño ni tiene todo que el niño necesita para poder rendir en la escuela, porque en mi caso yo les proporciono lo mejor que pueda darles; un ambiente agradable, un espacio limpio, variedad de materiales.

21. Usted como maestra ¿que hábitos de estudio les inculca a sus alumnos?

Yo les platico mucho a los niños, si les dejo tarea les digo que la tienen que hacer en un lugar limpio, que no sea cuando coman, yo les doy estas recomendaciones para que las hagan en su casa y aquí en la clase les digo que aprendan a escuchar indicaciones después que observen lo que están viendo y que ejecuten las cosas con mucho cuidado.

22. Antes de concluir su clase y de que los niños vayan a casa ¿Usted realiza una relajación con los niños?

Si, ya sea que escuchen música o cantamos una canción y después de cantarla que permanezcan callados un momento y se recuesten sobre la mesa también la lectura de un cuento, que hagan respiraciones, que toquen partes de su cuerpo.

23. ¿Sabe usted lo que son las inteligencias múltiples?

No

24. Además de su carrera profesional, ¿ha acudido a cursos que le permitan actualizarse como maestra?

Si, los cursos que nos dan aquí mismo

25. En caso de ser afirmativo ¿A cuáles?

Los de actualización permanente, generalmente los dan a inicio y mediados del ciclo escolar, ahorita estoy yendo los sábados a un curso en el que estamos estudiando el PEP.

26. ¿Generalmente de qué tratan sus cursos?

Se conjugan, nos dan teoría fundamentada y también cómo lo implementamos en la práctica.

27. ¿Sabe usted lo que es el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH)?

Con exactitud no lo se, he leído reportajes sobre eso pero muy superficiales.

28. ¿Considera usted que necesita información para identificar a un niño con TDAH?

Sí

29. ¿Le gustaría que hubiera más difusión acerca del TDAH, sus características y tratamientos?

Sí

30. ¿Quién cree usted que sea el responsable de proporcionarles esta información (La SEP, el jardín de niños, el gobierno, medios masivos de comunicación)?

En este caso sería la SEP porque es la dependencia a la que dependemos, ellos van bajando esa información como una escalera, principalmente ellos deberían de preocuparse por mantenernos informados, buscar las estrategias para que nosotras obtengamos la información.

Entrevista para Maestras

Jardín de niños

“Lauro Aguirre”

Nombre: Judith Nava Valadez

Años laborando en la institución: 16 años

Grado escolar a su cargo: 2º

Fecha: 17 de febrero del 2009

1. ¿Por cuántos niñ@s ésta conformado el grupo que usted atiende?

32

2. ¿Cuál es la importancia de que los niños cursen preescolar?

Les ayuda a desarrollar muchas habilidades, les ayuda a socializar, llegan a ser autosuficientes cuando termina el ciclo escolar siempre y cuando los inscriban en segundo año porque si los inscriben en tercero no alcanzan a tener la madurez suficiente porque en primera porque algunos niños faltan constantemente y en segunda porque hay padres que les dan poca atención a sus hijos, entonces para mi lo ideal es que entren en segundo año para que cuando salgan de preescolar, salgan bien.

3. ¿Qué habilidades adquieren los niños en la educación preescolar?

En segundo adquieren motricidad fina, gruesa, adquieren habilidades de pensamiento como las matemáticas.

4. ¿Qué actividades realizan los niños durante un día normal?

En mi caso, los niños realizan tres actividades diarias y eso depende de los niños porque a veces están muy inquietos o que son muy rápidos en sus actividades.

5. ¿Lleva a cabo una planeación?

Claro, trabajamos los campos formativos, las competencias que tienen que llevar una intención, de hecho trabajamos todo el mes, todas las competencias, tratamos de integrar todas las competencias y tenemos que trabajar con actividades que les den aprendizajes significativos para ellos.

6. ¿Qué tipo de evaluaciones les realiza a sus alumnos al paso del ciclo escolar?

La evaluación es constante, se realiza durante todo el ciclo escolar, de hecho ahorita estamos evaluando cada dos meses, cómo van los niños, cómo lo han logrado, qué hay que trabajar con ellos y además hacemos un cuaderno de evidencias sobre las actividades que hacemos.

7. ¿Considera usted que es importante la detección oportuna de un “posible problema de aprendizaje” en el niño? ¿Por qué?

Sí, es fundamental porque entonces no podemos avanzar con el niño ahorita tengo dos niños que no se concentran, no ponen atención, se distraen fácilmente.

8. ¿Cómo detecta usted un problema de aprendizaje en un niño?

Yo lo detecto cuando lo cuestiono, cuando observo al niño y conozco su comportamiento, cuando hacen su trabajo ahí me doy cuando si le cuesta trabajo comprender o escuchar y también nos damos cuenta por medio de una entrevista que realizamos a los papás y a veces ellos nos confían si el niño tiene algún problema.

9. ¿Considera que en éste grupo se encuentran niños con dificultades para aprender?

Sí

10. En caso de ser afirmativo ¿Cuáles son estas dificultades?

Dos niños no se concentran y una niña que acaba de entrar que no se si no escucha o no comprende o le falta adaptación, entonces tenemos que valorar con la entrevista, su comportamiento, su trabajo y su atención porque le digo vamos a levantar las manitas y nada más se queda viendo hasta que le levanto sus manitas y entonces lo hace.

11. ¿Aceptan a los niños en cualquier momento del ciclo escolar?

Sí, desde segundo porque en tercero ya no debido a que se les da un certificado y siempre y cuando que tengamos cupo porque debemos de tener 35 niños por grupo.

12. Dentro del aula ¿Qué estrategias emplea usted para captar la atención de los pequeños?

Muchas, la organización de los espacios en el salón, el material, que sea adecuado que lo alcancen a ver.

13. ¿Usted conoce estrategias para que los niños logren una mayor concentración?

Pues algunas como que con un espejo sigan la imagen, la de seguir burbujas, apagar las luces del salón y reflejar una luz para que la sigan.

14. ¿Qué hace usted cuando un niño está muy inquieto durante la clase?

Los cambio de lugar, trato de que sentarlos cerca de mi para estar más pendiente de ellos, hablo con los papás para que pongan más atención al niño.

15. ¿Cómo ejerce disciplina en los niños?

A través de reglas y con el ejemplo, si yo les digo que no coman y me ven comiendo en clase pues hay una contradicción

16. ¿Qué tipo de castigos emplea en los niños?

No empleo castigos, sólo los paro un rato en el salón y le digo que se esperen en lo que sus compañeros terminan su actividad pero dejarlos sin recreo casi no lo empleo porque me duele, tratamos de hablar con ellos y con los papás

17. ¿En qué casos es necesario utilizar castigos?

Con niños que no tienen límites, que son muy agresivos y les pegan a sus compañeros, entonces les decimos que pidan disculpas y que no lo vuelva a hacer, una vez si tuve que dejar a un niño sin recreo, afuera de la dirección hay una banca y lo deje sentado observando porque es un niño que no coopera ni sus papás por más que hable con ellos.

18. De acuerdo a su experiencia laboral ¿Qué factores influyen en el bueno o malo desempeño escolar de un niño?

Desde el ambiente en que ellos se desarrollen, si sus papás son comprometidos con él se nota en el niño, si son desobligados también se nota, más que nada el ambiente familiar y también aquí, si uno les grita, los golpea hace que los niños ya no quieran venir y no quieran trabajar por eso procuramos que se sientan bien para que vengan contentos.

19. Usted como maestra ¿que hábitos de estudio les inculca a sus alumnos?

Que haga su tarea todos los días, aquí antes de terminar la clase vemos qué aprendieron, qué vamos a hacer mañana y ellos están conscientes que en casa tienen que hacer una tarea, esa es una forma de aprendizaje para ellos.

20. Antes de concluir su clase y de que los niños vayan a casa ¿Usted realiza una relajación con los niños?

Cuando nos alcanza el tiempo si, a veces les leo cuento, trato de que se tranquilicen, les pongo música pero como no contamos con grabadora a veces nada más cantamos porque en lo que les pido a las compañeras pues se pierde tiempo también que se acuesten sobre la mesa y que expresen cómo se sienten

21. ¿Sabe usted lo que son las inteligencias múltiples?

No

22. Además de su carrera profesional, ¿ha acudido a cursos que le permitan actualizarse como maestra?

Sí, a todos tuve un curso sobre la creatividad, matemáticas, educación sexual, las competencias del PEP

23. ¿Sabe usted lo que es el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH)?

Sí

24. En caso de ser afirmativo ¿Cuáles son las características del TDAH?

Son varias pero por lo regular las que predominan en el niño es que es muy inteligente, que tienen mucha energía y que la ocupan para agredir o hacer algunas actividades que no les deja el maestro, otra que se distraen muy fácilmente, algunos agraden, que no duermen en la noche.

25. ¿Considera que los niños que usted mencionó que no se concentran pueden tener este trastorno?

Tal vez tienen estas características.

26. ¿Considera usted que necesita información para identificar a un niño con TDAH?

Sí y no nada más de eso, también de lenguaje y otras dificultades, se las hemos solicitado pero no la dan y es importante porque no podemos catalogar a los niños no somos médicos y sólo ellos pueden dar un diagnóstico.

27. ¿Le gustaría que hubiera más difusión acerca del TDAH, sus características y tratamientos?

Sí

28. ¿Quién cree usted que sea el responsable de proporcionarles esta información (La SEP, el jardín de niños, el gobierno, medios masivos de comunicación)?

Bueno, en una parte nosotras porque debemos de estar enteradas pero a veces no hay tiempo y también hay una institución que se llama CAPEP y considero deberían darnos orientación porque nosotros supuestamente no aceptábamos a esos niños y ahora aquí no los dejan solo que tengan retraso mental o un problema más severo pues no los aceptan pero nosotras como maestras tenemos que buscar qué podemos hacer por eso niño.

Entrevista para Maestras

Jardín de niños

“Lauro Aguirre”

Nombre: Ana Maria Escamilla

Años laborando en la institución: 16 años

Grado escolar a su cargo: 2º

1. ¿Por cuántos niñ@s ésta conformado el grupo que usted atiende?

32

2. ¿Cuál es la importancia de que los niños cursen preescolar?

Nosotros respetamos en nivel psicológico y sus estadios del niño, los niveles en que el niño esta desarrollándose física, cognitiva y emocionalmente.

3. ¿Qué habilidades adquieren los niños en la educación preescolar?

Contar, correr, recortar, brincar, caminar, lenguaje, habilidades físicas y motrices.

4. ¿Qué actividades realizan los niños durante un día normal?

Lavarse las manos, tomar agua, descansar un rato después de actividades demasiado agitadas y en cuestión de actividades dentro del salón depende de las situaciones didácticas que estemos realizando y de los conocimientos que ellos quieren adquirir y desarrollar más.

5. ¿Qué tipo de evaluaciones les realiza a sus alumnos al paso del ciclo escolar?

La evaluación es constante porque nos permite a nosotros ver de qué forma trabajamos, qué logros tuvimos, qué tropiezos tuvimos en el trabajo y cómo mejorarlo. Se realiza una

evaluación individual que se refiere a cada niño, una general que se refiere a todo el grupo, se realiza una inicial para saber cómo encontramos a los niños al inicio del ciclo escolar, una intermedia a mitad del ciclo escolar para saber cómo hemos avanzado y una final que es a nivel individual y grupal.

6. ¿Considera usted que es importante la detección oportuna de un “posible problema de aprendizaje” en el niño? ¿Por qué?

Si, porque como todo nos puede causar tropiezos y limitar que el niño aprenda, si nosotras desde un inicio del ciclo escolar o los padres de familia no nos dicen que el niño padezca algún daño nosotros lo ignoramos y podemos causarle tropiezos pero si lo tomamos en cuenta desde un principio podemos trabajar mejor con él.

7. ¿Cómo detecta usted un problema de aprendizaje en un niño?

Cuando el niño por más que tu buscas las maneras de explicarle y hacerlo más sencillo y aún así el niño no entiende lo que le decimos entonces lo canalizamos a CAPEP la institución que nos apoya con niños con necesidades especiales y ellos nos ayudan a detectar si es un problema de aprendizaje o si es problema de conducta o es un problema físico como visión o audición.

8. ¿Considera que en éste grupo se encuentran niños con dificultades para aprender?

No, ninguno

9. Dentro del aula ¿Qué estrategias emplea usted para captar la atención de los pequeños?

Me gusta mucho el cambio de voz, cuando yo me paro frente a ellos y no me ponen atención, trato de cambiar mi tono de voz o hacerles bromas para que ellos presten atención y ubiquen mi voz

10. ¿Usted conoce estrategias para que los niños logren una mayor concentración?

Probablemente las conozca pero como uno se vicia mucho en este trabajo y recurre a los más sencillo y pues a lo mejor se me han olvidado por no practicarlas y también porque no son necesarias porque me ha funcionado muy bien el cambio de voz.

11. ¿Qué hace usted cuando un niño está muy inquieto durante la clase?

Generalmente voy a su lugar e investigo si no trae material o le pregunto qué tiene, qué le pasa, si no durmió bien, si esta triste pero siempre busco la manera de que me expresen porque no me están poniendo atención.

12. Y cuándo es muy constante la inquietud del niño ¿Qué hace?

Hablo con la mamá porque no hay niños problema que los problemas somos los adultos y hasta ahorita ninguna mamá me ha dicho que trato mal a sus niños, las que se acercan a mi es porque me preguntan que pueden hacer en caso de que el niño no quiere trabajar y no quiere venir a la escuela, entonces platicamos y encontramos una solución.

13. ¿Cómo ejerce disciplina en los niños?

Nosotros partimos de los saberes que los niños traen, yo hablo con ellos sobre qué podemos hacer para que no nos caigamos y ellos me dan lluvia de ideas “No corro” “Camino con cuidado”, etc. y entonces ponemos un reglamento en el salón de clases pero primero les pregunto qué es una regla y generalmente te dicen es un palito para medir y nosotros les hacemos hincapié a las mamá de que platiquen con ellos sobre qué es una regla y yo en clase les pongo un video que se llama “Las reglas también son para los changos” y es una caricatura de 5 o 10 min. en dónde el chango rebasa las normas de convivencia, en el salón grita pero nunca pide la palabra, al cruzar la calle no se fija si vienen autos, al comer una fruta tira la cáscara y, yo se las pongo para que ellos tomen consciencia de que si yo no digo reglas puedo provocar accidentes y hago hincapié en la convivencia con los demás así que finalmente ellos hacen su reglamento, en este ciclo dijimos que quien no las cumpla se cambiaba de salón, es una consigna que ellos pusieron y yo la respete entonces yo les pregunte cómo hacerle para que todos cumplieran y un niño me respondió que firmando pero como ellos no saben firmar decidimos poner sus huellas.

14. ¿Qué tipo de castigos emplea en los niños?

Con los niños ninguno, por ejemplo cuando un niño no terminó su trabajo y sus compañeros sí, le digo “faltas tu” y todos dicen que lo tienen que terminar y no es un castigo, entonces lo que hacen es apurarse para poder salir al recreo. Con las mamá si les digo “hoy llego tarde, me barre el salón”, “hoy no trajo su credencial entonces barre y trapea” porque aquí los niños tiene que cumplir con lo que se les solicita para que al otro día trabajen bien y no se atrasen pero los papás tienen la obligación de cumplir por eso el castigo es para ellos.

15. ¿Cuál es la reacción de los padres?

Muchas veces los papás dicen “ni modo”, a veces se dan la media vuelta y me recuerdan a mi mamá, algunas otras cuando son mas conscientes de su responsabilidad me poden disculpas y otras me diseñen la mañana “maestra ¿le puedo traer el material ahorita?”

pero yo soy muy estricta en que yo no puedo dejar a sus hijos para ir a recoger un material que a ellos como papás se les olvido y de alguna manera me ha servido porque la mayoría de los niños cumplen sólo una mamá que tiene muchos problemas no hace caso el niño.

16. Además de los padres ¿Qué otros factores influyen en el bueno o malo desempeño escolar de un niño?

La alimentación porque si los padres lo mandan sin desayunar pues el niño no se concentra aunque uno los estimule el cerebro no tienen lo necesario para estar activo. Y hablando de la atención de los padres pues hay muchos factores como madres solteras que en lugar de trabajar para sus hijos mejor pelean para que les den y si les dan entonces si atienden a sus hijos, aquí eso nos afecta tanto madres solteras como familias disfuncionales y el nivel económico de las familias es muy bajo y por eso los mandan sin desayunar, un niño que tengo me cumple pero desayuna solo una taza de té y dos galletas o una taza de café.

17. Usted como maestra ¿que hábitos de estudio les inculca a sus alumnos?

Que siempre pregunten lo que les interesa saber, que nunca se queden callados. Aunque sea para criticar lo que yo les estoy diciendo o para reírse de un error que yo cometí pero que expresen lo que quieren saber; otro, es el hábito de la lectura porque la mayoría de las mamás vienen cada vez que se cita para leer pero no tienen ese hábito en casa y tu sabes que para adquirir un hábito de estudio es importante leer cuentos, libros de ciencia, ver programas que dejen algo bueno como documentales y no que les perjudique.

18. Antes de concluir su clase y de que los niños vayan a casa ¿Usted realiza una relajación con los niños?

Generalmente es después del recreo, entramos a las 11:00 y se van a lavar las manos, regresamos y los siento, ya sea que les cante una canción o les lea un cuento; generalmente se sientan, les sirvo agua en vasos y ellos lo toman, a veces les pongo un juego que se llama "busco un lugarcito" caminamos, brincamos pero a la vez buscamos un lugar para relajarse. Una vez quise relajarlos como en las guarderías, en las guarderías después de que salgan al recreo y antes de que tomen sus alimentos los duermen, yo intente hacer eso, metí colchonetas y puse música clásica para dormir y los acosté y pedí que guardaran silencio pero no lo logre porque son niños que con cinco minutos que descansen recargan baterías, yo supuse que me iba a funcionar porque

tengo a los niños más pequeños, tienen 3 años 8 meses a 4 años 2 meses, de hecho con el maestro de educación física tampoco funciona porque lo único que logra es captar por un minuto su atención y aún cuando los manda caminando al salón, se van corriendo y eso pasa porque son niños que en su casa los tienen sentados viendo televisión y cuando llegan aquí encuentran un lugar amplio en el cual correr, subir, bajar, etc. La única manera de relajarlos es cantarles una canción, leerles un cuento o ponerles una rima solamente así.

19. ¿Sabe usted lo que son las inteligencias múltiples?

No, desconozco el tema

20. Además de su carrera profesional, ¿ha acudido a cursos que le permitan actualizarse como maestra?

Cada año a inicio de ciclo escolar nos dan un curso, en todo el ciclo escolar nos ayudan a actualizarnos solamente a los cursos que son en fin de semana no asisto porque soy una persona que tiene su vida y también soy mamá.

21. En caso de ser afirmativo ¿A cuáles?

Programas, competencias, en algunas ocasiones nos traen libros de temas relacionados con nuestros programas o llegan personas de fuera que nos imparten talleres de computación, educación física, etc. Y anteriormente yo iba a las editoriales a tomar cursos pero ya tiene como 4 años que no asisto a editoriales por falta de tiempo.

22. ¿Sabe usted lo que es el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH)?

Más o menos.

23. En caso de ser afirmativo ¿Cuáles son las características del TDAH?

Se supone que son niños que no mantienen la atención por más de cinco minutos, que cambian de actividad constantemente, que no se centran en ninguna actividad, tienen demasiada energía, eso es lo que recuerdo que alguna vez me comentaron.

24. ¿Considera usted que necesita información para identificar a un niño con TDAH?

Sí, demasiado.

25. ¿Le gustaría que hubiera más difusión acerca del TDAH, sus características y tratamientos?

Sí, porque como maestras también tenemos la obligación de detectar a los niños pero también es parte de los padres ayudarnos a trabajar con ellos porque muchas veces los

niños no tienen reglas en casa y los papás nos dicen que su hijo es hiperactivo porque no le hace caso y todo el tiempo juega y no hace su tarea y eso no quiere decir que son hiperactivos porque suben y bajan y corren, deben existir otras características para poder decir que su niño tiene TDAH.

26. ¿Quién cree usted que sea el responsable de proporcionarles esta información (La SEP, el jardín de niños, el gobierno, medios masivos de comunicación)?

Yo creo que no importa quien nos la dé. A nosotras como maestras de preescolar siempre nos han bombardeado de información porque dicen que nosotros somos el pilar de todo ser humano pero también es parte de nuestra responsabilidad profundizar más al adquirir esos conocimientos y esa información que a nosotras nos puede ayudar y a su vez podemos transmitir a los padres, yo creo que esa es responsabilidad de los programas de estudio de todo aquello que podamos trabajar con los niños en edades preescolares. Hasta donde recuerdo cuando yo estudié se maneja ese tema pero muy por encima porque en ese momento no existían tanto esos niños.

Entrevista para Maestras

Jardín de niños

“Lauro Aguirre”

Nombre: Leticia Santacruz

Años laborando en la institución: 15 años

Grado escolar a su cargo: 2º

1. ¿Por cuántos niños ésta conformado el grupo que usted atiende?

30

2. ¿Cuál es la importancia de que los niños cursen preescolar?

Es base importante para su educación

3. ¿Qué habilidades adquieren los niños en la educación preescolar?

Habilidades motrices, físicas, oculomotorias aquí en preescolar se trata de desarrollar lo más que se pueda de habilidades

4. ¿Qué actividades realizan los niños durante un día normal?

Depende la situación didáctica que estemos trabajando, nosotros nos apoyamos en el PEP 04 el cual nos marca que debemos trabajar con situaciones didácticas en 6 campos formativos que son: desarrollo físico, lenguaje, matemáticas, exploración y conocimiento

del mundo, expresión artísticas y desarrollo físico y salud; de estos hacemos situaciones didácticas para favorecer esos campos por medio de diversas actividades que se establecen.

5. ¿Tiene que abarcar todas las áreas al mes?

Si, al mes precisamente se deben abarcar los 6 campos formativos por medio de las situaciones didácticas.

6. ¿Cuánto dura una situación didáctica?

Un mes, bueno la planeación debe ser abarcando los 6 campos formativos y en un promedio de un mes.

7. ¿Qué tipo de evaluaciones les realiza a sus alumnos al paso del ciclo escolar?

Se hace una evaluación sistemática para evaluar de manera continua y ver los avances que el niño va teniendo y que de alguna manera las situaciones didácticas van acorde a las necesidades de los niños por ejemplo en una situación estoy trabajando problemas porque me doy cuenta que los niños no saben bien los números, los dicen de manera verbal pero no saben cuanto valen y pues tengo que retomar actividades para que los niños logren alcanzar ese conocimiento.

8. ¿Considera usted que es importante la detección oportuna de un “posible problema de aprendizaje” en el niño? ¿Por qué?

Sí, porque nos marca la pauta para poder establecer estrategias para favorecer el aprendizaje del niño.

9. ¿Cómo detecta usted un problema de aprendizaje en un niño?

A través de la observación y cómo se desenvuelve el niño y puede depender si es necesidad educativa especial o nada más un problema de aprendizaje o de conducta, todo depende, a veces nos dicen que el niño es hiperactivo y no es cierto, lo que falta es centrar su interés en las actividades a realizar. A veces es un poco difícil, porque a nosotras no nos enseñaron una serie de puntos para realmente detectar a los niños con problemas, nosotras los observamos pero no tenemos las herramientas que nos guíen, primero los observamos y después vienen de CAPEP y nos apoyan diciéndonos si es problema de aprendizaje o de conducta, dependiendo las observaciones que mandamos. Nuestra formación no es para detectar problemas de aprendizaje, yo soy maestra de primaria y nunca me enseñaron a evaluar este tipo de problemas.

10. Usted me comenta que a veces los niños tienen una necesidad educativa especial y a veces un problema de aprendizaje ¿Qué diferencia hay?

Una necesidad educativa especial es cuando un niño tiene un síndrome o una deficiencia que no le permite estar al nivel de los demás niños y un problema de aprendizaje puede ser lenguaje, conducta, de la manera de socializar con sus compañeros.

11. ¿Considera que en éste grupo se encuentran niños con dificultades para aprender?

Si, de hecho tengo niños que se les dificulta aprender, los he observado y les cuesta trabajo poner atención, eso lo traen de casa porque si no traen buenos modales ni ponen atención y no se les inculca reglas. Esto se ve reflejado aquí, hay niños que saben escuchar pero hay niños que no saben atender a las indicaciones porque no les ponen límites

12. Dentro del aula ¿Qué estrategias emplea usted para captar la atención de los pequeños?

Hacer juegos al momento, dejo de lado la actividad y hacemos juegos rápidos en donde llame su atención por ejemplo cantar.

13. ¿Usted conoce estrategias para que los niños logren una mayor concentración?

Realmente estrategias de manera específica, no.

14. ¿Qué hace usted cuando un niño está muy inquieto durante la clase?

Lo llamo y le pregunto qué tiene, qué me platicue y le explico que hay momentos para todo como para platicar en el recreo.

15. ¿Cómo ejerce disciplina en los niños?

Al inicio del ciclo escolar se establecen reglas y aunque a los niños se les dificulte seguir reglas porque por las mismas características de los niños, no es posible que se mantengan estáticos. Lo importante es que de manera permanente les esté reafirmando las reglas y lo que pueden y no pueden hacer dentro del salón.

16. ¿Qué tipo de castigos emplea en los niños?

Básicamente yo no empleo castigos, yo les digo que los voy a cambiar de salón y es que como yo tengo segundo grado y es el primer ingreso que tienen en la escuela, la persona con la que más se identifican es conmigo y de ahí que si yo les digo que los voy a cambiar de salón se ponen a llorar y saben que se tienen que portar bien pero realmente yo no lo considero como un castigo sino como una reflexión.

17. ¿En qué casos es necesario utilizar castigos?

Cuando por más que ya hable con el niño y no hace caso o esta demasiado inquieto y no entiende razón.

18. De acuerdo a su experiencia laboral ¿Qué factores influyen en el bueno o malo desempeño escolar de un niño?

Algo muy importante es el conocimiento previo que el niño tiene si el niño aprende cosas importantes entonces va a tener un buen desempeño pero si se les dan cosas que no les sirven de nada pues ni les interesa y nada más lo hacen por hacer.

19. Usted como maestra ¿que hábitos de estudio les inculca a sus alumnos?

No tanto que lean pero que vean cuentos, que vean programas televisivos que les dejen algo bueno, hay series que les pueden dejar un aprendizaje.

20. Antes de concluir su clase y de que los niños vayan a casa ¿Usted realiza una relajación con los niños?

De manera permanente no.

21. ¿Sabe usted lo que son las inteligencias múltiples?

No

22. Además de su carrera profesional, ¿ha acudido a cursos que le permitan actualizarse como maestra?

Sí.

23. En caso de ser afirmativo ¿A cuáles?

Los cursos iniciales que nos dan para retomar todo lo que hemos visto y cursos de manera continúa porque la educación debe tener una mejor calidad.

24. ¿Cuáles son los contenidos?

Sobre los programas del PEP 04, la Ley General de la Educación básicamente eso.

25. ¿Sabe usted lo que es el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH)?

No

26. ¿Considera usted que necesita información para identificar a un niño con TDAH?

Si porque es difícil para uno, acceder a esa información y detectar a un niño con este tipo de problema.

27. ¿Le gustaría que hubiera más difusión acerca del TDAH, sus características y tratamientos?

Si porque nos facilitaría la detección oportuna de un niño

28. ¿Quién cree usted que sea el responsable de proporcionarles esta información (La SEP, el jardín de niños, el gobierno, medios masivos de comunicación)?

En este caso, las autoridades educativas aunque nosotros debemos de buscar esa información cuando tenemos a un niño con esas características pero lo ideal es que se nos brindara a todas.

Anexo 2
ENTREVISTA A LA NEUROPSICOLOGA VERÓNICA RUEDA
CENTRO MEDICO PALMAS

Nombre: Verónica Rueda López

Dirección: Paseo de las palmas N° 745 consultorio 802

Especialidad: Licenciatura en Psicología, Maestría en Neuropsicología y actualmente se encuentra terminando el Doctorado en Neurociencias.

Fecha: 26 de noviembre del 2008

1. ¿Qué es para usted el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH)?

Es un problema que tiene una base orgánica y el proceso psicológico principalmente afectado es la atención, en el cual los niños tienen una dificultad para mantener la atención y se denomina Déficit de Atención porque está en relación a que el niño no mantiene suficientemente lo necesario para que se consolide el proceso de aprendizaje.

2. ¿Cuáles son las características del TDAH?

En primer lugar está la disminución del tiempo para mantener la atención en algo, una atención fluctuante entre diferentes cosas y nosotros los neuropsicólogos evaluamos la función del proceso de atención con relación a la atención dividida y sostenida, otra característica es la distracción; el niño puede estar muy tranquilo pero nada más está pensando y dejándose llevar por los diferentes estímulos que están en su medio y, por último se encuentra la hiperactividad, son niños que no pueden inhibir la necesidad de moverse.

3. De acuerdo a su experiencia médica y laboral ¿Cuáles son las causas del TDAH?

Tiene que ver en la forma en como esta funcionando el Sistema Nervioso Central, creo que es importante diferenciar entre los síntomas que se pueden observar en un niño y que se pudieran tachar como problemas de Déficit de Atención pero que estos

síntomas están originados del medio ambiente familiar y escolar en donde se haya, hay que hacer primero una distinción entre las características de conducta que puede estar presentando un niño que están derivados de un problema común ambiental y en comparación a los que si vienen con un problema de funcionamiento cerebral.

4. Me comentaba que hay niños a los que se les diagnóstica Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) debido a su entorno y otros por su condición psicológica. ¿Quién cree que sea la persona adecuada para dar un diagnóstico acertado del TDAH?

Lo que pasa es que hay niños que pueden estar en la escuela presentando rasgos que parecieran un Déficit de Atención y en realidad no lo es y se están manifestando por una cuestión ambiental. Algo muy importante es el diagnóstico multidisciplinario en donde interviene el neurólogo, psiquiatra, psicólogo, pediatra y es muy importante la opinión de la familia, específicamente de los padres y de la escuela, ya que se reúnen los diferentes puntos de vista para integrar un diagnóstico de TDAH, yo creo que si se diagnosticará desde un solo punto de vista seria un diagnóstico muy parcial.

5. Podría explicarme ¿En qué consiste el diagnóstico del neurólogo?

El neurólogo ve específicamente como ésta trabajando el Sistema Nervioso del niño, desde un punto de vista fisiológico es ver si es irritable, ver si su atención es dispersa si el niño puede mantenerse quieto, atento, esto lo valoran digamos que es muy conductual, pero también tiene estudios como el de exploración neurológica y estudios como mapeo cerebral o electroencefalograma en dónde también se puede ver un perfil de funcionamiento cerebral y de acuerdo a éste funcionamiento cerebral ver si existen rasgos de un Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad.

6. ¿Qué especialista debe intervenir en primera instancia para dar un diagnóstico con TDAH?

Generalmente la cadena como se establece, los primeros que determinan son los padres o los maestros, depende mucho de la edad del niño; de pequeños, existen doctores que ya pueden evaluar rasgos de TDAH y en edad preescolar o escolar los primeros que intervienen con el niño son los padres y los maestros debido a la intervención que tienen con ellos. Regularmente los maestros durante el primer ciclo

escolar notan que el niño se comportan demasiado inquieto, que no atiende instrucciones, que se sale del salón, que es demasiado distraído, que no terminan las tareas ni en casa ni en la escuela y lo que hace los maestros es decirle a los papás; posteriormente los papás llevan a su hijo al psicólogo refiriendo un problema de conducta y el Psicólogo es el especialista que hace la derivación a los siguientes especialistas, generalmente es así, aunque a veces los profesores canalizan al niño con el pediatra y a la vez el pediatra los envía al psiquiatra o al neurólogo y ambos se encuentran capacitados para atender esa situación.

7. Usted menciona algo muy importante, que los padres y maestros son los primeros en darse cuenta de que el niño tiene un problema. Hoy en día escuchamos a los padres de familia decir que su hijo es hiperactivo o que tiene TDA sólo por el hecho de estar distraído e inquieto. ¿Qué opina usted al respecto?

Por ello es muy importante hacer la distinción entre un problema que se origina por una cuestión de manejo familiar y otra el Déficit de Atención real, es muy frecuente que nos lleguen niños y notemos que el problema viene de una parte familiar que de un Déficit de Atención real, entonces de un 100% de niños que vienen con un supuesto de hiperactividad, el porcentaje es de un 40% a 60% que en realidad sea un problema familiar mas que un TDAH real. Por esta razón el Psicólogo debe ser de primera intervención ya que él puede reconocer si existe un TDAH real, ya que tiene la experiencia de hacer un rastreo de manejo familiar y puede decidir si las características conductuales que ésta presentando el niño son por un problema familiar o real. El especialista más idóneo para estos casos es un psicólogo educativo con experiencia en TDAH y que sea consciente de hacer las evaluaciones necesarias para no cometer un error en dar un falso diagnóstico y medicar al niño.

8. Además de la familia ¿Qué otros factores deben de tomarse en cuenta para dar un diagnóstico acertado?

Nosotros los neuropsicólogos hacemos una evaluación para los maestros a través de la escala de Conner, que es un cuestionario de 20 preguntas en dónde de acuerdo a la opinión del maestro y del papá cubre con todas las características, luego hacemos una exploración de toda su esfera psicológica, en donde a través de diferentes

pruebas evaluamos la atención, la memoria, el aprendizaje, su CI, sus habilidades de lectura, escritura, etc. Además de evaluar ésta parte cognitiva también evaluamos la parte social y la parte personal a través de pruebas proyectivas.

9. ¿Cuántos síntomas debe tener el niño para que se le considere TDAH?

Según, el DSM IV que es un texto que todos los profesionistas de salud manejan, señala que deben ser por lo menos 8 de los 12 o 15 que se enlistan para ver si existe el trastorno, pero nos hemos dado cuenta que es un poco arbitrario que sea como examen, dar una puntuación, no es tan sencillo porque si fuera sencillo cualquiera puede hacer el diagnóstico.

10. En su experiencia laboral ¿A qué edad se presenta el TDAH con mayor frecuencia?

No es que se presente más porque estamos hablando de que son características del funcionamiento cerebral, es decir que el niño tiene esos rasgos de toda la vida, pero las edades a las que sale más a la luz es edad escolar porque el niño estando dentro de un grupo las maestras comparan el rendimiento, aprovechamiento o conducta de éste niño en comparación con los demás niños de su grupo y notan cuáles son los niños que están por arriba o por debajo del rendimiento normal o las características que tienen. Los profesores son los primeros que tienen la posibilidad de detectar el problema ya que tiene el parámetro de normalidad con relación a los demás niños. Generalmente son remitidos a la edad de 6 años.

11. ¿Considera usted que hay falta de información en cuanto a este trastorno?

Creo que si, pero también tiene que ver con que es un trastorno que se está estudiando actualmente, incluso no existen todavía límites muy claros y definidos para decidir entre si éste niño entra en los rasgos de Déficit de Atención porque los límites son muy confusos hasta cierto punto, actualmente hay mucha investigación en este tema tratando de definir cuando un niño sí tiene TDAH o cuando tiene ciertos rasgos pero no cubre toda la gama para decir que es un TDAH. Hay que ser muy cautelosos en el diagnóstico de TDAH porque se da un rotulo al niño y actualmente es la preocupación de los profesionistas para no dar diagnósticos arbitrariamente y es por eso que hay tanta investigación incluso actualmente hay una apertura a

conocer más del tema y a tratarlo de mejor manera; por ejemplo los médicos lo que han empezado a hacer es ya no mandar medicamentos hasta no ver primero otras alternativas de diagnóstico y tratamiento.

12. ¿Considera necesaria la participación del gobierno, de los medios de comunicación para dar este tipo de información?

Yo creo que sería de gran utilidad, yo sé hasta dónde el gobierno lo pueda hacer más bien creo que el interés debe ser de los profesionistas, que hagan labor de trabajo y de los maestros que se documenten más, no tanto esperar que el gobierno haga un cambio porque aunque tengan buenas intenciones cuando llegamos a la parte de relación maestro-alumno pues ya se pierde en el camino la buena intención que se tenía por parte del gobierno, entonces, creo que se tiene que hacer al revés, que tanto padres como maestros y profesionistas que se preparen para tener más información, manejo y recursos sobre el tema porque finalmente la idea es tener mejores alternativas y dar un mejor pronóstico de calidad de vida para estos niños tanto a nivel personal como escolar.

13. ¿Usted cree que existe ese conocimiento y conciencia por parte de los profesores?

No, desafortunadamente no existe todavía, a mí me parece triste porque si se tuviera esa formación por parte de los maestros se podrían detectar a muy buen tiempo muchos niños que no sólo tiene TDAH sino también tantos problemas de aprendizaje en el aula y no dejar que avance el problema y todo lo que se deriva de él. Creo que los maestros deben tener mayor conocimiento y preparación en este sentido y no para que sean terapeutas ya que muchos maestros dicen “Es que yo no puedo dedicarme a un solo niño”, “Es que no tengo tiempo”, como especialista yo no quiero eso, para atenderlo estoy yo, lo que sí necesito es que tengan las habilidades para detectar a un niño y darle la canalización necesaria.

En mi experiencia me he encontrado con maestros que tienen la disposición de ayudar a los niños e incluso piden estrategias pero también hay otros que dicen “Ese no es mi problema” y no se trata de evadir.

14. ¿Qué tipo de estrategias deben tener los profesores para atender a los pequeños con TDAH?

Si el maestro tiene el conocimiento de detectar y además de saber el manejo que puede implementar en el aula porque son recomendaciones específicas que un maestro pueda implementar, que no se trata de que sea el terapeuta pero si de implementar estrategias en el medio escolar que ayuden a mejorar los problemas que está presentando el niño.

15. De manera personal, escolar y afectiva ¿Cómo afecta a un niño padecer TDAH?

Pues de manera importante no sólo con TDAH sino con otros problemas de aprendizaje. Cuando se inicia lo que ocurre es que el niño genera rechazo a la escuela, genera rechazo hacia las actividades escolares porque se le dificulta y él no sabe porque, tiene rechazo por parte de sus compañeros y señalización de que es el “burro” , también se da por parte de los maestros, por parte de los papás, ya que los señalan como “flojos” además de que son niños que tiene un nivel intelectual normal entonces lo que generalmente argumentan los papás “Es que si en otras cosas trabajas bien por qué en esta específicamente no, entonces no quieres trabajar bien, no quieres hacerlo”, hay poca comprensión y obviamente se van a generar muchos problemas emocionales en el niño, de autoestima, de confianza y específicamente en los niños con TDAH que son hiperactivos e impulsivos y que tiene baja tolerancia a la frustración pues entonces en la adolescencia tienen actitudes de riesgo (de su propia seguridad) y si de por si el TDAH genera confusión o inestabilidad por sus características entonces al añadirle todas estas situaciones de rechazo, baja autoestima, etc., todo apunta a que en la adolescencia van a ser delincuentes, todo apunta a eso.

16. ¿El TDAH se cura o sólo se controla?

No podemos decir que se cura porque estamos hablando de la forma de trabajar de tu Sistema Nervioso entonces ya tiene ciertas características de organización cerebral, se puede modificar a través de medicamentos y a través del aprendizaje conductual , sí se puede reentrenar o reaprender a hacer las cosas de manera diferente, los niños mediante un tratamiento pueden aprender a mantener su

atención más tiempo, a no distraerse fácilmente, a mantenerse sentados por el tiempo que sea suficiente, a hacer las tareas que requieran su atención, claro que siempre van a tener la tendencia a ser dispersos pero pueden ir controlándolo. Necesitan de un especialista que les ayude a mejorar todas esas habilidades con la finalidad de que tengan un mejor pronóstico en la vida académica y social porque hay muchas habilidades que no van a poder aprender de manera natural o les va a costar mucho trabajo.

17. ¿Qué consecuencias puede haber si no se atiende el TDAH en edad temprana?

Yo creo que cada caso hay que valorarlo de manera muy particular, hay gente que ciertamente nunca se atiende, actualmente hay muchos adultos que de niños presentaron un cuadro de TDAH y que nunca fueron detectados ni atendidos y actualmente son personas desorganizadas, que les cuesta mucho trabajo ser metódicos y tienden a buscar diversidad en sus actividades, necesitan cambiar sus actividades constantemente. Otra consecuencia es que dejan la escuela y tienen dificultad para encontrar un trabajo estable

18. En lo que respecta al tratamiento con fármacos ¿Es necesario en todos los casos de niños con TDAH?

No, desde mi punto de vista es necesario cuando el problema imposibilita tener una vida cotidiana más o menos adecuada, es decir, cuando los síntomas de por ejemplo hiperactividad son tan extremos que el niño no se puede mantener quieto sentado 5 minutos en una silla, tiene que estar moviendo, entrando y saliendo y que eso le imposibilita para aprender, estudiar, permanecer en la escuela y que ya le está afectando tanto que no puede llevar una vida normal, en este caso si se requiere medicación; hay otros casos en que si es evidente que es niño hiperactivo, que se levanta de la silla, que está hablando, distraído pero se puede dar un tratamiento conductual.

19. ¿El tratamiento con fármacos para un niño con TDAH es de por vida?

No, finalmente la medicación les ayuda a mantener su atención pero mientras se lo está tomando, es un tratamiento de entrada pero no puede darse para toda la vida, ya que se logra con el medicamento que el niño permanezca sentado, entonces hay

que asegurar un tratamiento que le permita seguir atento y sentado de aquí en adelante. Actualmente se opta por un tratamiento conjunto, es decir, si se requiere medicación, se da medicación más un tratamiento de apoyo conductual que le permita ayudar al niño, a los padres y maestros a regular el proceso de atención para que aprenda a mantenerse quieto, sentado y logre atender sus necesidades; así que cuando el niño ya este controlado, se puede retirar la medicación.

20. ¿Qué efectos secundarios tiene la medicación?

Hasta donde yo conozco, a largo plazo no muchos, pero inmediatos, se genera somnolencia, falta de apetito, ansiedad, principalmente esos. Cuando se decide mandar medicación y los papás notan que les esta generando ansiedad, somnolencia, etc. Y que lo conlleva el medicamento, entonces se hace un ajuste de dosis o medicamento ya que existen varios medicamentos que se les pueden administrar como el ritalín u otros. No todas las personas responden igual al medicamento.

21. Antes de recetar el medicamento ¿Es necesario probar con otro tipo de tratamientos?

Creo que depende de caso en particular. De acuerdo a mi experiencia, hay niños que responden muy bien al tratamiento conductual ya que se observan cambios importantes de manera inmediata, por el apoyo de papás y maestros y que o requieren medicación, pero hay otros niños en los que los síntomas son muy extremos y para iniciar un tratamiento conductual se necesita el medicamento, entonces varía según el caso.

22. Yo he escuchado por parte de expertos que lo primero que recomiendan es la medicación ya que es buena y por otro lado están personas que satanizan la medicación ¿Qué piensa usted al respecto?

Bueno, yo generalmente trato a los pacientes sin medicación a menos que sea muy renuente a un tratamiento conductual o que sean muy fuertes los síntomas de hiperactividad e inatención, sólo así es cuando se les hace la sugerencia de la importancia del apoyo del medicamento. De entrada como psicólogos primero intentamos sin medicación.

23. ¿Cuál es su opinión acerca de los tratamientos como Neurofeedback, delfinoterapia, equinoterapia, flores de Bach, entre otros?

Creo que lo primero que se necesita es un diagnóstico confiable de lo que tiene el niño y creo que el mejor tratamiento para un TDAH es en primera instancia el tratamiento de manejo conductual o neuropsicológico, ese se divide en dos: en primera hace que el niño mejore sus procesos de atención, concentración incluso el manejo de la frustración y en segunda viene la parte ambiental en donde el psicólogo o terapeuta va a apoyar el tratamiento orientando a los papás sobre como apoyar al niño y ayudar a que mejore, a ponerle límites claros y que así mejore la parte familiar y también que entre el psicólogo y terapeuta apoyen al profesor en su trabajo, orientándolo sobre lo que puede hacer. A mi me ha funcionado muy bien.

Ahora que cuando los niños tienen problemas adicionales como la motricidad, se les apoya con actividades adicionales como entrar en un equipo deportivo como de fútbol, basketball, etc. Para fortalecer habilidades en el niño o también pueden ser actividades recreativas y artísticas como la música y la pintura que están fortaleciendo otro tipo de habilidades y que pueden ser las que este tipo de niños estén requiriendo. Las terapias alternativas como delfinoterapia y equinoterapia había que ver que tan útiles son para los niños, yo la verdad desconozco.

Con lo que respecta al Neurofeedback ésta es una de las alternativas que sirven de apoyo para los niños con TDAH, lo que hace es estimular las áreas cerebrales relacionadas con los procesos de atención, concentración e inhibición de impulsos para que los niños mejoren esos procesos y lo hacemos a través de ciertos aparatos, esto es lo que yo hago en éste centro médico.

24. ¿Qué tan efectivo es el Neurofeedback?

Se ha descubierto que tiene una alta efectividad.

25. De acuerdo a su experiencia ¿Qué porcentaje de niños con TDAH es atendido adecuadamente?

Es muy bajo porque hay un desconocimiento de cómo hacer el diagnóstico y quiénes pueden hacerlo y también esta la parte económica, los costos de las evaluaciones por parte de los especialistas no son tan accesibles a toda la gente.

26. ¿Conoce usted algún lugar en el que se les brinde ayuda a niños con TDAH y que sea accesible para los padres?

Hay una asociación que no recuerdo como se llama pero ha hecho un esfuerzo importante por manejar a niños con TDAH, trabajar con los padres, trabajar con los maestros, no se exactamente en dónde se encuentran pero si existen asociaciones con el fin de tratar a niños con TDAH.

¡Gracias por su tiempo!

Anexo 3

Cuestionario para diagnosticar el Trastorno por Déficit de Atención

VAN-WIELINK, Guillermo. *Déficit de Atención con Hiperactividad*. Editorial Trillas, 2ª ed. México, 2004, Pág. 54

Cuestionario breve para diagnosticar el Trastorno por Déficit de Atención.	
Nombre del niño _____ Edad _____	
Año escolar _____ Llenado por _____	
Parentesco _____ Escolaridad del informante _____	
Fecha _____	
Puntos**: Nunca (0). Algunas veces (1). Muchas veces (2). Casi siempre (3).	
Inatención	**
<ol style="list-style-type: none"> 1. No pone atención a los detalles y comete errores por descuido en sus tareas. 2. Tiene dificultades para mantener la atención en sus tareas y en los juegos. 3. No parece escuchar lo que se le dice. 4. No sigue instrucciones o no termina las tareas en la escuela o en las obligaciones de la casa, a pesar de comprender las órdenes. 5. Tiene dificultades para organizar las actividades. 6. Evita hacer tareas o cosas que le demanden esfuerzos. 7. Pierde sus útiles o las cosas necesarias para realizar sus actividades. 8. Se distrae fácilmente con estímulos irrelevantes. 9. Olvidadizo en las actividades de la vida diaria. 	
Hiperactividad-Impulsividad	
<ol style="list-style-type: none"> 10. Molesta moviendo las manos y los pies mientras está sentado. 11. Se levanta de su lugar en clase o en otras situaciones cuando debe de estar sentado. 12. Corretea y trepa en situaciones inadecuadas. 13. Tiene dificultades para relajarse o practicar juegos en donde debe permanecer quieto. 14. Está permanentemente en movimiento como si tuviera un motor interno. 15. Habla demasiado. 16. Contesta o actúa antes de que se le termine de formular las preguntas. 17. Tiene dificultades para permanecer en fila o esperar turno en los juegos. 18. Interrumpe las conversaciones de los demás. 	
<p>Resultado: 0 a 1= 0 puntos; 2 a 3= 1 punto. Se suman todos los puntos, si la suma es menor de 6, no hay criterios para el diagnóstico. Inatención: Se considera TDA Tipo II Hiperactividad, impulsividad: Se considera TDA tipo III.</p>	

Anexo 4. Terapias alternativas

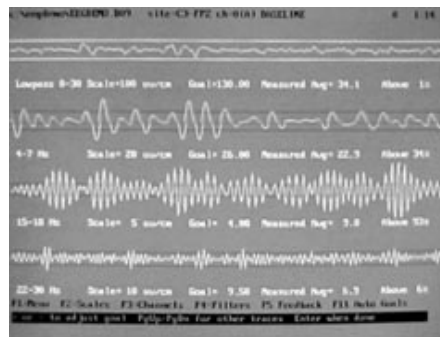
Delfinoterapia



Equinoterapia



Neurofeedback



Anexo 5

Juegos para estimular las inteligencias múltiples.

ARMSTRONG, Thomas. *Las inteligencias múltiples en el aula*. Editorial Manantial. Buenos Aires, 1999, 240 págs.

Inteligencia Lingüística-verbal

FRUTAS DEL HUERTO

Habilidad: Vocabulario

Preparación: Utilizando grabados de revistas, seleccionándolas si es posible con la ayuda de los niños, organizar una colección de objetos más o menos del mismo tamaño, como frutas, juguetes, transportes o utensilios diversos.

Desarrollo: Las piezas se deben montar como un juego de domino (28 piezas con siete figuras combinadas) y siguiendo sus reglas, el niño nombrará los objetos diciendo su color.

JUEGOS CON TEBEOS O COMICS

Habilidad: Memoria verbal

Preparación: El profesor reunirá variedad de tebeos o cómics.

Desarrollo:

- Con los alumnos que aún no saben leer, el profesor estimulará el razonamiento deductivo, haciendo que el alumno observe las ilustraciones y busque sentido al relato. Debe iniciar la toma de contacto con el alumno con ese material y mostrar los pasos de una interpretación que sean obvios, para alumnos mayores. Por ejemplo: que toda lectura se hace de izquierda a derecha y de arriba abajo.

Inteligencia lógico-matemática

CLIPS DE COLORES

Habilidad: Concepto de cantidad

Preparación: Caja con clips de colores

Desarrollo:

- Los alumnos deben formar grupos con “muchas” y con “pocas” piezas y establecer comparaciones entre ellas. En operaciones coordinadas por el profesor, retirar “todas”, “algunas”, “la mayor parte” y “varias” piezas de la caja.
- En otra etapa, los colores se deben constituir en elementos de comparación: formar una fila con “algunos” o “muchos” clips, y así sucesivamente.

Inteligencia corporal-kinestésica

TRAVESÍA DEL RÍO

Habilidad: Coordinación motora

Preparación: Hojas de periódico

Desarrollo: La actividad es una carrera donde los jugadores, por parejas se colocan uno frente al otro, separados por unos dos o tres metros. Entre ellos existe un río imaginario; el primer alumno deberá atravesar el río, sin pisar en el agua, pasando así “de piedra en piedra”, es decir apoyándose sobre las hojas de periódico. Iniciado el juego, cada participante coloca la hoja de periódico en el suelo y salta encima de ella, colocando la hoja siguiente para el próximo paso. Después de dar ese paso, agarra la primera hoja y la coloca delante, hasta llegar al compañero, que utilizando el mismo recurso, debe volver a la orilla.

RELOJ HUMANO

Habilidad: Motricidad

Preparación: Un reloj y conocimiento de las horas

Desarrollo: Los alumnos tienen que dramatizar, con el movimiento del cuerpo y el uso de los brazos y piernas, las posiciones de las agujas del reloj que se muestren. El juego se puede desarrollar entre un grupo y otros, correspondiendo al primero observar la hora marcada por el profesor y representarla con el cuerpo para que los demás grupos la identifiquen.

Inteligencia espacial

CARA Y CARETAS

Habilidad: Orientación espacial

Preparación: Preparar en una cartulina blanca una serie de círculos y en cartulina de color diferentes expresiones para ser colocadas sobre estos círculos (que simbolizan la cara). Dibujar diferentes tipos de bocas, nariz, ojos, orientados a direcciones distintas.

Desarrollo: Los alumnos deben montar expresiones en el rostro según la decisión del profesor, obedeciendo a secuencias. El juego constituye un poderoso instrumento para la identificación de estados emocionales. Sortear un papel con el nombre de una expresión facial y pedir que monten esas expresiones y relaten ejemplos personales de estados emocionales.

Inteligencia musical

DESCRIBESONIDOS

Habilidad: Estructura rítmica

Preparación: Instrumentos musicales simples (pandereta, campana, cascabel y otros)

Desarrollo: El profesor puede crear un relato sencillo, donde distintos elementos del mismo deberán ser sustituidos por la emisión de un sonido; así, al pronunciar, por ejemplo, bosque, hay que tocar la pandereta; la palabra lago corresponde al sonido de la campana, y así sucesivamente. Poco a poco, el relato puede ir ganando mayor complejidad y participación de los alumnos llegando a la sustitución del lenguaje oral por el musical.

Inteligencia interpersonal

TIPOS HUMANOS

Habilidad: Percepción corporal

Preparación: Reunir muchas revistas con ilustraciones que representan seres humanos en diferentes tamaños, posiciones y posturas. Pegar en cartulina.

Desarrollo: Los alumnos formaran conjuntos con atributos comunes, percibiendo la distinción entre personas castañas, morenas, negras, rubias, altas, bajas, delgadas, gruesas, viejas, niños, jóvenes, de pie, sentadas y tendidas; discutirán en clase el tipo físico de las personas, sus actitudes, quitando estereotipos y trabajando los prejuicios. Es importante que el profesor sea un mediador, escuchando a los alumnos y permitiendo que lleguen a sus propias conclusiones.

Inteligencia intrapersonal

SEÑALES DE TRÁFICO

Habilidad: Administración de las emociones

Preparación: Sería interesante que el profesor instale un mural en el aula con el retrato de cada uno de sus alumnos, y con los nombres. Al lado de ese mural, hará una caja con círculos verdes, amarillos y rojos adhesivos a chinchas para sujetar los círculos en el mural.

Desarrollo: Los alumnos manifestaran sus estados emocionales, cada día, al entrar en el aula, eligiendo uno de los colores de la caja que pondrán debajo de su nombre (verde= estoy muy bien, feliz, entusiasmado; amarillo= estoy con una sensación de apatía, indiferencia, conformismo; rojo= estoy muy desanimado, amargado, inseguro). El alumno debe tener una amplia libertad para hablar o no de sus estado emocional, y el profesor, según el grado de afectividad con que se relacione con sus alumnos, puede aprovechar, con independencia del color pegado en el mural, para hablar de ese estado emocional. Ocuparse solamente de los "rojos" puede ser perjudicial ya que los alumnos pueden buscar una atención especial y crear situaciones para ser notados.

Inteligencia naturalista

PRESA Y PREDADOR

Habilidad: Exploración

Preparación: Espacio abierto en un lugar seguro. Fijar los límites del área donde se llevará a cabo el juego.

Desarrollo: El profesor deberá explicar a sus alumnos la vida de los animales y su inevitable condición de “presas y predadores”, resaltando que casi todos los animales son, a la vez, las dos cosas. Las normas siguen, en líneas generales, las de un juego de “escondite”. Comenzando el juego, el predador intenta hallar a su presa; se puede añadir la emisión del sonido del predador. El juego sigue hasta que todas las presas sean atrapadas o hasta que el predador desista de su búsqueda. Es indispensable que, al final, profesor y alumnos intercambien ideas sobre cómo se sintieron como presas o predadores, y respecto a la vida de los animales que imitaron.

Anexo 6

Estilos de aprendizaje

GOLDBERG, Sally. *Juegos para ayudar a aprender a tu hijo*. Ediciones Oniro, España, 2005, 255 págs.

Sistema de representación visual

REVISTA INFANTIL

Objetivo: Enseñar al niño a disfrutar con las revistas

El juego: Para esta edad recomendamos la Revista del Club Disney, revista Barbie, Cuentos de barrio Sésamo, Barney, entre otras.

Cómo jugar: Una vez que las revistas estén en sus manos, deja que las hojeen y que pasen un buen rato observando las fotos, palabras y dibujos. Cuando llegue el momento, elegir las actividades que sean realmente interesantes y/o educativas. En este sentido las historietas son ideales.

Sistema de representación auditivo

LUZ ROJA, LUZ VERDE

Objetivo: Enseñar al niño a desarrollar su capacidad de discriminación auditiva

El juego: éste es un juego infantil tradicional que ha pasado de generación en generación.

Cómo jugarlo: Se juega por turnos. Explícales a los niños que cuando digas “luz roja” deberán permanecer inmóviles, y que cuando digas “luz verde” podrán caminar libremente en el aula y que debe prestar mucha atención a estas palabras para saber qué es lo que debe hacer exactamente.

Sistema de representación kinestésico

SIMON DICE

Objetivo: Enseñar al niño movimientos divertidos

El juego: Seguir instrucciones constituye un beneficio añadido derivado de esta actividad de movimiento

Cómo jugarlo: El profesor empezará en el rol de “Simón” y dirá “Simón dice...” y dará una instrucción. Si el jugador sigue una instrucción sin haber dicho “Simón dice...” queda eliminado. El último en hacerlo será Simón en la siguiente ronda.

Anexo 7

Gimnasia cerebral

IBARRA, Luz María. *Aprende mejor con gimnasia cerebral*. Garnik Ediciones, 9ª ed. México, 1999, 124 págs.

EL PETER PAN

Pasos:

1. Toma ambas orejas por las puntas
2. Tira hacia arriba y un poco hacia atrás
3. Mantenlas así por espacio de veinte segundos
4. Descansa brevemente
5. Repite el ejercicio tres veces

Beneficios:

- Despierta todo el mecanismo de la audición
- Asiste a la memoria
- Si necesitas recordar algo, haz este ejercicio y notarás el resultado: en algunas personas es inmediato, en otras saltará la información a la mente en cuestión de segundos.



EL PINOCHO

Pasos:

1. Inhala aire por la nariz y frótala rápidamente diez veces
2. Exhala ya sin frotarla
3. Repite el ejercicio cinco veces más
4. Cada vez que lo hagas nota si el aire que tomas entra por ambas fosas nasales

Beneficios:

- Activa e incrementa la memoria
- Integra ambos hemisferios cerebrales
- Centra la atención cerebral
- Ayuda a la concentración



Anexo 8

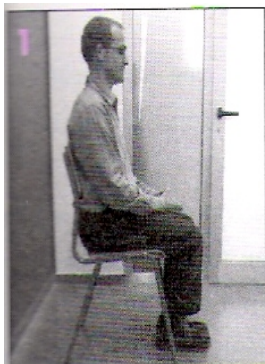
Respiración

DE PAGÉS BERGÉS, Eugenia et REÑE TEULÉ, Alba. *Cómo ser docente y no morir en el intento. Técnicas de concentración y relajación en el aula*. Editorial Graó, Barcelona, 2008, Pág. 25 y 109.

Postura correcta

Respiramos mejor con la columna recta que cuando el cuerpo está en una posición encorvada.

1. Sentarse en una silla, preferentemente sin brazos.
2. Pies apoyados en el suelo y las peñas sin cruzar
3. Espalda recta
4. Cabeza ligeramente inclinada hacia abajo para estirar las cervicales.
5. Hombros relajados
6. Manos sobre las piernas
7. Ojos cerrados o fijar mirada en un punto
8. Empezar a respirar como se hace habitualmente, es aconsejable la respiración nasal.



Respiración Completa (profunda)

1. Inspira (llena el abdomen, expande las costillas y eleva el esternón)
2. Pausa
3. Expira (baja el esternón, contrae las costillas y vacía el abdomen)
4. Pausa

Anexo 9

Visualización

DE PAGÉS BERGÉS, Eugenia et REÑE TEULÉ, Alba. *Cómo ser docente y no morir en el intento. Técnicas de concentración y relajación en el aula*. Editorial Graó, Barcelona, 2008, Págs.127 y 128.

NOTA: Con una modificación de mi parte, de manera que sea breve y acorde al lenguaje de los niños:

El globo aerostático

Visualiza un bosque muy grande, con flores de todos los colores y pasto muy verde, y rodeado de árboles. Empieza a caminar por ese bosque, sin zapatos y siente el pasto y las flores húmedas que tocas con tus pies.

En medio del bosque, hay un globo aerostático preparado para elevarse: tiene una canasta grande en forma cuadrada para que suban los viajeros, es muy cómoda y segura; la tela del globo, es de los muchos colores (rojo, verde, azul, amarillo, naranja, etc.)

Te acercas al globo y ves que junto al globo te espera alguien que te quiere mucho y te hacer sentir seguro y feliz. Esa persona te ayuda a subir a la canasta del globo y luego sube ella. Fuera de la canasta del globo cuelgan dos bolsas, estás bolsas contienen miedo y dificultad para aprender en la escuela, que no te dejan “volar”: Tras desatar la cuerda que mantenía el globo en la tierra, empiezas a elevarte más. Ahora puedes ver todo el bosque con los árboles que lo rodean, las casas y las personas cada vez más pequeñas, hasta que parecen hormiguitas...

El viento empuja al globo hacia las montañas, ahora pasas por encima de ellas y observas un lago, el viento lleva al globo sobre el lago y cuando estás ahí, desatas las bolsas y las dejas caer. Cuando acabas de tirar las bolsas, notas que el globo sube todavía un poco más y tú te sientes más ligero. Tu acompañante y tú intercambian una sonrisa.

Te sientes muy ligero y te das cuenta de que dominas el globo y puedes llegar hasta donde tú quieras. Decides regresar al bosque y aterrizas el globo, la persona que te acompañaba te da un abrazo y deciden bajar del globo para sentir de nuevo el pasto y las flores húmedas.

Ahora te sientes muy tranquilo y feliz. Para terminar empieza a mover lentamente los dedos de los pies, los pies, las piernas, los brazos, las manos y por último la cabeza.

Anexo 10

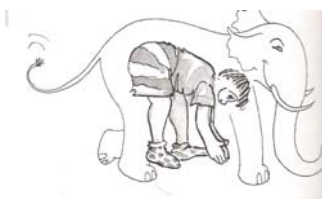
Gimnasia infantil

SALARIS, Anna. *Gimnasia para los niños*. Editorial De Vecchi, Barcelona, 2000, 143 Págs.

Juegos con el cuerpo

EL ELEFANTE

El niño se dobla hacia delante con el tronco, colocando las palmas de las manos hacia abajo, cerca de los pies y los brazos estirados para representar la trompa.



LA RANA

El niño la imitará con los pies separados, las rodillas dobladas y las manos apoyadas en el suelo delante de los pies, preparándose para saltar hacia delante.



Juegos con la cuerda

EJERCICIO 4

La cuerda está apoyada en el suelo y estirada; el niño camina apoyando los pies encima, atento para no perder el equilibrio. Este ejercicio puede realizarse también caminando hacia atrás. Caminando hacia atrás la situación se vuelve más compleja porque el niño no ve donde apoya los pies y se lo estimula para que se concentre sobre las sensaciones de tipo táctil que se proporcionan por el apoyo del mismo pie.



Juegos con la pelota

AIRE, TIERRA, MAR

Los niños se colocan de pie en semicírculo frente al animador que tiene en la mano la pelota.

El animador lanza o hace rodar por el suelo la pelota hacia un niño que debe detenerla con los pies si el animador a gritado ¡mar!, con las rodillas si ha gritado ¡tierra! Y con la cabeza si ha gritado ¡aire!.



ANEXO 11

Ludoterapias

JIMENEZ V., Carlos Alberto. *Ludoterapias. Terapias alternativas desde la Neuropedagogía y la lúdica para transtornos del comportamiento, del desarrollo y del aprendizaje. ADD/ADHD.* Cooperativa Editorial Magisterio. Bogotá, 2007, 216 págs.

Yoga lúdico



Juegos homeostáticos



Anexo 12

Disciplina preventiva

SCHMILL HERRERA, Vidal. *Disciplina inteligente en la escuela. Hacia una pedagogía de la no-violencia*. Producciones Educación Aplicada, México, 2008, Págs. 101-103

Cómo acabar la clase y hacer que los alumnos salgan del salón en orden

Explica:

Niños. Hay un procedimiento para terminar cada clase y salir ordenadamente del salón. Tienen que quedarse sentados en sus lugares hasta que yo les diga que pueden salir. El timbre no termina la clase. Yo soy quien da por terminada la clase.

Antes de levantarse tiene que acomodar sus materiales y limpiar o recoger cualquier basura que vean en su lugar o en el piso cerca de sus lugares. Sus sillas tiene que dejarlas acomodadas. Gracias.

Muestra y modela el procedimiento que acabas de explicar. Haz que varios alumnos demuestren el procedimiento (nunca uno solo, pues puedes hacerlo sentir incomodo). Felicita a cada uno y que sientan que son reconocidos por hacer el procedimiento correctamente.

Ensayo:

Mantente alerta unos cuantos segundos antes de que suene el timbre el primer día de clases. Anticípate, pues tendrás que hacer correcciones inmediatas si el procedimiento no se sigue correctamente. Si los alumnos se empiezan a salir, será demasiado tarde para corregir el procedimiento. Si fallas en corregir el procedimiento, el problema crecerá e incluso los alumnos serán los que terminen la clase y ellos serán lo que realmente estén en control de la misma.

Si los alumnos no siguen el procedimiento, no regañes, no grites, ni ofendas, tu no buscas una discusión, tranquilamente y con voz segura, pídeles que regresen a su lugar.

Refuerza:

Recuerda a l grupo el procedimiento y haz que lo practiquen diciéndoles “Miren ahora el salón. Todos están sentados en sus lugares, no hay basura y sus sillas están acomodadas. Este es el procedimiento correcto, gracias por hacerlo bien. Felicidades. Por favor háganlo así mañana”

Anexo 13

Disciplina inteligente

SCHMILL HERRERA, Vidal. *Disciplina inteligente en la escuela. Hacia una pedagogía de la no-violencia*. Producciones Educación Aplicada, México, 2008, págs. 327-329.

En el siguiente cuadro se dan ejemplos de estas faltas a nivel preescolar

LEVES	INTERMEDIAS	GRAVES	EXTRAORDINARIAS
<ul style="list-style-type: none"> - Llegar tarde - No traer uniforme - Traer el uniforme sucio - No traer tareas - Platicar entre ellos con malas palabras - Golpear a un compañero sin producirle daño - Respondón 	<ul style="list-style-type: none"> - Golpear a un compañero produciéndole lesión moderada - Actitud poco cooperativa - Hacer lo contrario a indicaciones de la maestra - Tomar objetos ajenos y no reconocerlo - Destruir o maltratar el mobiliario - Planear para hacer un daño - Bajarle los pantalones a un compañero 	<ul style="list-style-type: none"> - Golpe físico a un compañero produciendo una lesión que requiera atención médica - Morder produciendo una herida que requiera atención médica - Traer al colegio armas punzo cortantes - Acoso moral: burlas y amenazas 	<ul style="list-style-type: none"> - Traer al colegio armas de fuego - Iniciar o ser cómplice de un incendio. - Clavar la punta del lápiz o compás en el cuerpo de un compañero

¿Qué hacer ante estas faltas?

Faltas leves.

- Llamarle la atención al alumno usando un tono de voz firme, sin “etiquetar” indicando la mala conducta en cuestión sin faltarle al respeto como persona.
- Cambiar al alumno de lugar, ya sea acercándolo al profesor o alejándolo de quienes se detonan mutuamente al estar juntos.
- Pedirle ayuda para desviar su atención (ayúdame a recoger libretas, a mover sillas, etc.)

- Describirle la afección negativa que está causando con su conducta, sin sermonear “ no nos dejas trabajar por tu volumen de voz”
- Tiempo fuera (un momento sin hacer nada y es proporcional a la edad del niño ej. 4 años- 4 minutos)
- Disculpa
- Reparar el daño o afectación
- Reflexión y compromiso al respecto

Faltas intermedias

- Informar o pedir asesoría al director o psicólogo
- Llamarle la atención al alumno usando un tono de voz firme, sin “etiquetar” indicando la mala conducta en cuestión sin faltarle al respeto como persona.
- Ofrecerle una opción para salir del problema y permitir que elija (“puedes acabar tu trabajo en equipo o hacerlo por tu cuenta si sigues distrayendo a tus compañeros”)
- Cumplir la consecuencia que el alumno eligió
- Reparar el daño o afectación y supervisar que se haga
- Entrevistar a padres para llegar a acuerdos y compromisos sobre el manejo de la conducta en cuestión.
- Hacer que cumpla horas de trabajo compensatorio
- Suspensión temporal
-

Faltas graves y extraordinarias

- Llevar a cabo una acción inmediata que impacte al autor de la falta (grito, detener o impedir físicamente una acción)
- Suspender temporalmente todos sus privilegios y derechos como alumno de la escuela hasta que el asunto se resuelva
- Canalizar personalmente al alumno a la dirección o área correspondiente, informando a detalle el caso.
- Convocar y participar en el comité disciplinario que de manera colegiada deberá determinar las acciones a seguir:

CASO RESCATABLE	CASO NO RESCATABLE
Una vez decididas las consecuencias, se deberá comunicar a los padres de familia y a cualquier involucrado e la reparación.	Documentar el caso para informar a las autoridades oficiales.
El alumno deberá enfrentar los hechos, asumir la responsabilidad, reparar el daño causado y resarcir a los afectados.	Comunicar a los padres de familia la decisión de la baja definitiva de la institución y, cuando aplique, de canalización a las autoridades externas de la escuela.
Una vez realizadas las medidas disciplinarias y reparados todos lo daños, el alumno recuperará sus derechos y privilegios, dándose por cerrado el incidente.	Baja definitiva de la institución y canalización.