

## ¿QUÉ ES APADAHCAS?

APADAHCAS es la Asociación de Padres de Afectados por Déficit de Atención e Hiperactividad de la provincia de Castellón, y surge ante la inquietud de algunos padres y profesionales, que ven la necesidad de unir y concienciar a las familias de niños y niñas con este trastorno, para buscar mecanismos de intervención que ayuden a mejorar sus dificultades de adaptación.

Los fines de la asociación son: orientar, asesorar, investigar, colaborar en áreas educativas y científicas de personas, centros o profesionales, dedicados al estudio del déficit de atención e hiperactividad.

- 1.- Campañas de Formación y Actualización
- 2.- Detección, Diagnóstico y Orientación del TDA-H
- 3.- Talleres y Escuela para afectados, su entorno y familiares.
- 4.- Actividades lúdicas de Ocio, tiempo libre y Respiro Familiar
- 5.- Seminarios, jornadas, cursos y congresos.
- 6.- Formación de Voluntariado, Campañas, Cursos y Talleres
- 7.- Campañas de divulgación y sensibilización social.

### Actividades y servicios que ofrece APADAHCAS:

- Escuela de Padres.
- Taller de Habilidades Sociales y Autocontrol emocional.
- Taller de Lectoescritura.
- Taller de Matemáticas.
- Técnicas de Estudio.
- Talleres para adolescentes.
- Terapias individuales.
- Evaluaciones y diagnósticos.
- Estudios neuropsicológicos.
- Neurólogo/Neuropediatra.
- Charlas informativas a centros escolares.
- Intervención escolar individualizada.
- Charlas informativas y de formación para profesionales en contacto con el TDA-H.

Diseño: www.paportiz.es

### Ventajas que obtienen los socios de APADAHCAS:

1. Poder acceder a las terapias grupales (talleres) e individuales, escuelas de padres, acompañamiento a tutorías y evaluaciones para diagnóstico a precios inferiores a los que se tendrían que abonar en el caso de no ser socio.
2. Estar informados sobre los resultados de las investigaciones.
3. Estar informados y asesorados sobre los temas de discapacidad, teniendo en cuenta que hay niños, adolescentes y adultos que se les concede la discapacidad psíquica del 33%, lo que conlleva beneficios para el afectado (en los estudios) y beneficios económicos para la familia (gastos de medicación, descuentos en impuestos, etc.)
4. Poder asistir a los congresos organizados por la Federación Española de Ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad, con descuentos en el precio fijado por pertenecer a una asociación adherida a la misma ([www.feaadah.org](http://www.feaadah.org)).
5. Pertenecer a una organización sin ánimo de lucro que necesita la unión de voces para conseguir ante los Organismos, e Instituciones Gubernamentales, toda la fuerza posible para la obtención de un objetivo común: que el TDA-H deje de ser invisible ante nuestra sociedad.

### Contacta con nosotros:

#### APADAHCAS

C/ Alcalde Tárrega, 18-bajo • 12004 Castellón  
Tel. 634 504 644  
email: [asociacion@apadahcas.org](mailto:asociacion@apadahcas.org)  
[www.apadahcas.org](http://www.apadahcas.org)



# TDA-H

## TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON O SIN HIPERACTIVIDAD

Colaboran:



### APADAHCAS

ASOCIACIÓN DE PADRES DE AFECTADOS POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD

# ¿QUÉ ES EL TDA-H?



El **Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad (TDA-H)** es un trastorno neurobiológico que se caracteriza por un nivel inapropiado de inatención (concentración, distribilidad), hiperactividad e impulsividad que es incoherente con el nivel de desarrollo del individuo y que se produce en varios entornos de la vida del niño: en la escuela, en casa y/o en contextos sociales.

## Los síntomas más habituales del TDA-H son:

- **Inatención:** Dificultad para mantener la atención, sobretudo en situaciones de baja estimulación.
- **Hiperactividad:** Falta de inhibición o control cognitivo sobre los impulsos asociados con inquietud motora.
- **Impulsividad:** Falta de inhibición o control cognitivo sobre los impulsos.

El TDA-H es el trastorno neurobiológico más común en niños. Se estima que entre el 3 y 7% de la población infanto-juvenil la sufre, lo que equivale a uno o dos niños por aula.

## El TDA-H no es:

- Pereza ni falta de motivación
- Mala conducta intencionada.
- Ausencia total de capacidad para fijar y mantener la atención.

## ¿GENÉTICO?

El TDA-H tiene un componente genético importante, que determina hasta el 75% del trastorno. Sin embargo, los factores biológicos no genéticos y ambientales juegan también un papel importante en su desarrollo y, sobretudo, en la forma de manifestarse. Aunque su presencia en algún miembro de la familia es un factor de riesgo para los descendientes, no todos los niños con TDA-H tienen antecedentes familiares.

## ADOLESCENTE NO DIAGNOSTICADO

El adolescente con TDA-H que no reciba tratamiento durante la infancia tendrá unos síntomas más marcados y podría mostrar otras alteraciones asociadas, como:

- Empezar múltiples proyectos de forma simultánea, pero rara vez los terminan.
- Tener dificultades para organizarse
- Extraviar sus cosas con frecuencia
- Una mayor dificultad para comenzar o llevar a cabo un tratamiento.

Por todo ello, una detección precoz es fundamental ya que esto posibilitará que los síntomas puedan paliarse o disminuir con el tiempo, permitiendo que el niño desarrolle plenamente todas sus potencialidades; Por eso, es muy importante entablar una buena relación entre el niño y el médico.

## ¿POR QUÉ TIENE PROBLEMAS DE APRENDIZAJE?

Los niños con TDA-H experimentan muchas dificultades para concentrarse y prestar atención; se aburren fácilmente y no terminan sus actividades correctamente. Esto hace que su rendimiento en clase sea menor de lo esperado con respecto a su capacidad intelectual.

## ¿QUÉ PUEDE HACER EL CENTRO EDUCATIVO?

La colaboración entre centro educativo y familia es fundamental para un tratamiento efectivo. En muchos casos, el niño necesitará una valoración pedagógica que determine sus necesidades académicas, así como un plan de intervención escolar personalizado. Por otra parte, el profesorado debe informar a los padres a lo largo de todo el curso escolar, intercambiando información y experiencias, fomentando la colaboración entre el centro educativo y la familia.

## ¿ES CULPA DE LOS PADRES?

No, los padres no tienen la culpa. No acepte nunca que nadie le culpe del trastorno de su hijo, como tampoco se debe culpar si su hijo tiene diabetes o epilepsia. El TDA-H no se produce por desacuerdos entre los padres, ni siquiera por separación o divorcio, ni por el nacimiento de un hermano menor, ni porque la madre o el padre se ponga a trabajar y pase poco tiempo en casa, ni por tener niñera, ni porque le cambien de colegio, ni porque le cuiden sus abuelos. No se culpe por el trastorno de su hijo y no deje que nadie lo haga.

## ¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PADRES, FAMILIARES...?

Cuanto más sepan, lean y pregunten sobre el TDA-H, mejor podrán los padres y familiares ayudar al niño. Deben buscar un médico para que evalúe y trate al niño. Ayudar al niño a terminar una tarea o encargo dividiéndolo en pasos menores, aumentar la estructura y el orden en casa, establecer rutinas estables y predecibles para estructurar el tiempo, eliminar ruidos y distracciones, modificar la conducta del niño, motivarles, establecer medidas adecuadas de disciplina para que el niño entienda las consecuencias de saltarse las normas.

## ¿EL TDAH SE CURA CON EL TIEMPO?

El niño con TDA-H no puede dejar de serlo, dado que no se puede hacer que desaparezcan las causas de su trastorno (una alteración evolutiva que afecta a la maduración de algunas de sus funciones mentales y a su desarrollo). Sin embargo, es posible mitigar o eliminar las consecuencias negativas o síntomas que produce este trastorno.

Un buen tratamiento, aplicado desde muy temprana edad, puede evitar los déficits en las capacidades afectadas por el trastorno y en el proceso de aprendizaje, que interfieren en la maduración del niño. En la mayor parte de los casos “dependiendo del tiempo de evolución del trastorno sin tratamiento”, se pueden evitar las limitaciones en el rendimiento escolar, en la percepción de sí mismo y del entorno, el desarrollo de la competencia social, y otras limitaciones en la edad adulta.