

## 17.17. Niño hiperactivo

Hay niños que no pueden parar quietos, les cuesta prestar atención y muestran siempre mucha actividad física y mental. Suelen hablar mucho y con descaro, y normalmente se dice que son «agotadores». En muchas ocasiones, los padres y educadores han probado todas las técnicas. Tienen conflictos en la escuela, algunos compañeros les consideran molestos. Pueden tener dificultades de aprendizaje.

En ocasiones se les etiqueta de niño maleducado o consentido, cuando en realidad puede tratarse de un «niño hiperactivo». Este es el calificativo que se da al niño que presenta un **déficit de atención e hiperactividad**. Es un niño que necesita una atención especial y mejora con la edad.

Si su médico le ha dicho que su hijo tiene este problema, no debe angustiarse innecesariamente. No crea que es el único. Por el contrario, es un trastorno común, que afecta a 1 de cada 20 niños, sobre todo varones. Debe saber que su hijo no tiene ningún daño cerebral o psíquico. Tampoco se obsesione con las posibles causas: no se ha demostrado que tenga relación con aspectos de la vida diaria, ni con el tipo de comida o la influencia de la televisión.

Su hijo no es menos inteligente que el resto, simplemente su «distracción» le impide aprovechar su inteligencia.

### ¿Qué puede hacer?

- Tiene que ser paciente.
- Debe solicitar apoyo profesional. No suele ser preciso realizar ninguna prueba complementaria, pero sí establecer un tratamiento farmacológico.
- En primer lugar, tiene que aceptarlo **tal como es**. Tendrá que asumir que:
  - Es difícil que organice su trabajo: sus trabajos tienden a ser descuidados, y cuando trabaja se distrae muy fácilmente. Le costará más aprender las cosas nuevas.
  - Interrumpe la clase con frecuencia con comentarios o actuaciones inapropiadas.
  - Le cuesta esperar su turno cuando está en actividades de grupo. No puede jugar callado.
  - Le cuesta mucho seguir las órdenes que se le dan.
  - Pierde o se le olvidan con facilidad las cosas que necesita.
- **También debe saber que:**
  - Él no puede evitar ser como es.
  - Necesita de usted a pesar de no saber decirselo. Preocúpese por él y confíe en que puede salir adelante perfectamente aunque le vaya a costar un poco más.
  - Póngale reglas claras de lo que puede y no puede hacer. Pídale con serenidad que le repita sus instrucciones. Cumpla siempre los castigos y las recompensas. Elógielo cuando haga bien su trabajo.
  - Intente conseguir un ambiente ordenado y organizado, sereno y sin gritos. Organice los horarios de casa y que él los entienda. Siempre debe haber alguien observando al niño.
- **Evite especialmente:**
  - Repetirle lo malo que es.
  - Compararle con otros niños o familiares.
  - Castigarle con severidad y rotundidad. No lo aisle de los demás (no salir de casa, no jugar con otros niños).

– Decirle: «No sé qué voy a hacer contigo». Más bien dígame: «No te lo dejo hacer porque no es bueno para ti», «No te lo dejo hacer porque te quiero y no quiero que te pase algo malo».

- Busque su parte buena, su nobleza y sentimientos.
- Es normal que a veces usted se sienta culpable, que solo vea lo negativo. Los cambios no se producen de un día para otro. Con paciencia y mucho cariño conseguirá resultados importantes, y sobre todo él se sentirá querido.
- Manténgase en contacto con los profesores de su hijo. Conviene estimularle para que siga adelante, y no se dé por vencido. Ayúdele a organizarse para ir a clase, para hacer las tareas, pero déle descansos frecuentes y entretenidos.

### ¿Cuándo consultar a su médico de familia?

- Si tiene la duda de que su hijo puede ser un niño hiperactivo.
- Si le asalta cualquier duda sobre la terapia o la medicación.
- Si se encuentra desbordado.



### ¿Dónde conseguir más información?

- [www.familiaysalud.es/enfermedades/cerebro-y-sistema-nervioso/el-nino-y-adolescente-con-trastorno-por-deficit-de-atencion](http://www.familiaysalud.es/enfermedades/cerebro-y-sistema-nervioso/el-nino-y-adolescente-con-trastorno-por-deficit-de-atencion)
- <http://enfamilia.aeped.es/temas-salud/trastorno-por-deficit-atencion-con-hiperactividad>