

# **ESTRATEGIAS MÚLTIPLES PARA SITUACIONES DIFERENTES EN RELACIÓN AL ALUMNADO DIAGNOSTICADO DE TDAH. NO TODOS SON IGUALES.**

**Universidad de La Laguna - Facultad de Educación**

**Grado en Maestro/a en Educación Primaria**

**Curso académico 2020/2021**

**Convocatoria: Septiembre**

**Autora: Ainhoa María Suarez García**

**Correo: [alu0101104478@ull.edu.es](mailto:alu0101104478@ull.edu.es)**

**Tutor: Juan Pedro Rivero González**

**Correo: [jrivergo@ull.edu.es](mailto:jrivergo@ull.edu.es)**

## **Resumen**

Con este trabajo se lleva a cabo una revisión bibliográfica sobre diversos recursos para diferentes situaciones relacionadas con el alumnado diagnosticado con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, más conocido como TDAH. Esta investigación cuenta con una parte dedicada a una recolección de datos generales sobre el trastorno y otra más específica sobre los recursos pedagógicos. Además, esta revisión bibliográfica explicará todo el proceso seguido para la elaboración de este trabajo y, por último, se expondrá un análisis de los resultados seguido de una discusión acerca de lo que hemos podido ver a lo largo de todo el trabajo y en los análisis.

## **Abstract**

With this work, a bibliographic review is carried out on various resources for different situations related to students diagnosed with Attention Deficit and Hyperactivity Disorder, better known as ADHD. This research has a part dedicated to collecting general data on the disorder and a more specific part on pedagogical resources. In addition, this bibliographic review will explain the entire process followed for the preparation of this work and, finally, an analysis of the results will be presented, followed by a discussion about what we have been able to see throughout the work and in the analyzes.

## **Palabras clave**

Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), recursos pedagógicos para niños con TDAH, síntomas del TDAH, tipos de TDAH, causas del TDAH, análisis del TDAH, actividades para niños con TDAH, estrategias o pautas para niños con TDAH.

## **Keywords**

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), educational resources for children with ADHD, symptoms of ADHD, types of ADHD, causes of ADHD, analysis of ADHD, activities for children with ADHD, strategies or guidelines for children with ADHD.

## Índice

<b>1. Introducción.....</b>	<b>4</b>
<b>2. Justificación.....</b>	<b>4</b>
<b>3. Marco teórico.....</b>	<b>5</b>
<b>3.1. El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad.....</b>	<b>5</b>
3.1.1. Definición TDAH.....	6
3.1.2. Características del TDAH.....	7
3.1.3. Tipos de TDAH.....	11
3.1.4. Causas del TDAH.....	13
3.1.5. Síntomas del TDAH.....	14
3.1.6. Conclusión.....	15
<b>3.2. Estrategias para el alumnado diagnosticado de TDAH.....</b>	<b>16</b>
3.2.1. Estrategias para mejorar la atención.....	16
3.2.2. Estrategias para controlar la hiperactividad.....	18
3.2.3. Estrategias para controlar la impulsividad.....	20
3.2.4. Recursos didácticos.....	22
3.2.5. Actividades para niños con TDAH.....	24
3.2.6. Conclusión.....	27
<b>4. Procedimiento metodológico.....</b>	<b>28</b>
<b>4.1. Objetivos de la investigación.....</b>	<b>28</b>
4.1.1. Objetivo general.....	28
4.1.2. Objetivos específicos.....	28
<b>4.2. Procedimiento metodológico.....</b>	<b>28</b>
4.2.1. Criterios de inclusión y exclusión.....	29
4.2.2. Descriptores de la búsqueda.....	30
4.2.3. Hallazgos obtenidos de la revisión bibliografía.....	31
<b>4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....</b>	<b>32</b>
4.3.1. Revisión documental.....	32
4.3.2. Fichas bibliográficas.....	33
<b>5. Análisis de los resultados.....</b>	<b>35</b>
<b>6. Discusión.....</b>	<b>36</b>
<b>7. Conclusión.....</b>	<b>36</b>
<b>8. Bibliografía.....</b>	<b>38</b>

## **1. Introducción**

Con este trabajo se lleva a cabo una revisión bibliográfica sobre diversos recursos para diferentes situaciones relacionadas con el alumnado diagnosticado con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, más conocido como TDAH. Por un lado, comenzaremos explicando de forma general en qué consiste este trastorno para meternos en contexto de las diversas situaciones que se pueden presentar en un aula. Por otro lado, se comenzará la revisión bibliográfica de diferentes recursos pedagógicos divididos en subgrupos para abarcar cualquier situación que se pueda dar, ya que los TDAH no son todos iguales y no a todos les funcionan los mismos recursos.

Además, podrán encontrar todo el proceso metodológico seguido en esta revisión bibliográfica, desde los objetivos, procedimientos metodológicos y técnicas e instrumentos de recolección de datos utilizados para este trabajo. También se expondrá los resultados de los análisis realizados, así como, una discusión sobre lo que podemos ver en los análisis y lo que hemos observado durante todo el proceso de elaboración de esta revisión bibliográfica.

Por último, encontrarán una conclusión sobre todo el trabajo elaborado en esta investigación y lo que ha supuesto en la idea de cómo trabajar dentro de un aula con alumnado diagnosticado de TDAH.

## **2. Justificación**

En los últimos años el TDAH, se ha convertido en un tema de discusión muy seguido y discutido en muchos ámbitos diferentes como la educación, la medicina, la sociedad, etc. Pero sin duda alguna donde más se ha hablado de él y mayor repercusión ha tenido es en el ámbito educativo sobre todo entre los profesionales de la educación, es un tema prácticamente de conversación frecuente debido a que no todos piensan de la misma manera sobre este trastorno. La mayoría de los profesionales tienden a tratar a estos alumnos por igual porque piensan que el TDAH se manifiesta en todos ellos de la misma manera y aplican los mismos recursos en ellos. También están profesores que saben que el TDAH es un trastorno imprevisto y que no se manifiesta de la misma manera en todos los alumnos que lo padecen e intentan amoldarse a sus necesidades de aprendizaje.

Hoy en día las investigaciones sobre el TDAH están bastante avanzadas sobre todo en el ámbito de la educación. Gracias a todos esos profesionales que estudian este trastorno los docentes tenemos un amplio abanico de recursos dependiendo de las necesidades de cada alumno diagnosticado de TDAH, porque, si algo nos han demostrado los estudios, investigaciones y los años, es que no todos son iguales. Por qué sin duda alguna la gran problemática hoy en día en las aulas con estos alumnos es que los docentes los suelen tratar por igual a todos y no miran por las necesidades que pueden llegar a tener cada uno individualmente, es decir, puedes tener a dos alumnos con TDAH en el aula, y puede ser que ninguno de los dos responderá de la misma manera a los recursos, porque ninguno de los dos tendrá las mismas necesidades educativas.

El objetivo de realizar esta revisión bibliográfica es investigar, profundizar y conocer mucho más sobre los diversos recursos pedagógicos, que están a disposición de todos los docentes, y reconocer la importancia que tiene dividirlos en subgrupos y adaptarlos a las necesidades de nuestros alumnos diagnosticados de TDAH.

Comenzamos este trabajo con un marco teórico porque antes que nada queremos dar a conocer y entrar en el contexto de forma general descubriendo lo que realmente es el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH); luego trataremos la división y explicación de los diferentes recursos pedagógicos para las diversas situaciones que se puedan presentar en un aula. Posteriormente intentaríamos explicar el procedimiento metodológico seguido para fragmentar todos los aspectos de esta investigación. Por último, intentaremos verificar los resultados de los análisis, la discusión y la conclusión adquiridas a lo largo de este proceso de recolección de datos.

En conclusión, esta búsqueda de información y estructura seguida en el trabajo dependerá del contenido planteando sobre todo en documentos, que me fueron proporcionados en la especialidad este año, de atención a la diversidad. Intentaremos ampliar aquella oferta con otras accesibles a cualquier docente.

### **3. Marco teórico**

#### **3.1. El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad**

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad también conocido como TDAH, es el trastorno más habitual actualmente en la infancia y llega a afectar al 5% de la población en edad escolar. Esto supone uno o dos niños por aula en los centros educativos.

Puede parecer que no es una cifra muy importante al ser tan baja, pero si miramos la realidad de los centros educativos, prácticamente todas las aulas tienen un alumno/a diagnosticado con TDAH. Por eso es tan importante que todos los docentes tengan una formación mínima imprescindible sobre cómo trabajar con este tipo de alumnado.

### **3.1.1. Definición TDAH**

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad es un trastorno del neurodesarrollo de carácter neurobiológico originado en la infancia y que afecta a lo largo de la vida, que se caracteriza por la presencia de tres síntomas:

- Déficit de atención
- Impulsividad
- Hiperactividad motora o vocal

Se identificará como un trastorno cuando estos síntomas o los comportamientos que se deriven se observen con mucha mayor frecuencia e intensidad que en los niños/as de igual edad e interfieran en la vida cotidiana presentes en dos o más contextos: en casa, el colegio o su entorno en general.

Se debe tener en cuenta que no todos los niños con este trastorno manifiestan los mismos síntomas y con la misma intensidad, es decir, se pueden presentar de manera leve, moderada o grave.

En el Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5), publicado por la American Psychiatric Association en su última versión, que se publicó en mayo de 2013, se diferencian tres tipos de presentaciones del TDAH:

- Presentación combinada
- Presentación predominantemente con falta de atención
- Presentación predominante hiperactiva/impulsiva

La característica esencial del TDAH es un patrón persistente de desatención o hiperactividad-impulsividad, más frecuente y grave que el observado habitualmente en sujetos de un nivel de desarrollo similar.

Según el DSM-5, para diagnosticar el TDAH en cualquiera de sus categorías:

- Algunos de los síntomas que causan alteraciones, estaban presentes antes de los 12 años.

- Algunas alteraciones provocadas por los síntomas se presentan en dos o más ambientes como por ejemplo en casa y en el colegio.
- Debe haber pruebas claras de deterioro clínicamente significativo de la actividad social, académica o laboral, es decir de que los síntomas interfieren de forma significativa la vida de la persona.
- Los síntomas no se producen exclusivamente durante el curso de la esquizofrenia o de otro trastorno psicótico y no se explican mejor por otro trastorno mental (por ejemplo, trastorno del estado de ánimo, trastorno de ansiedad, trastorno disociativo, trastorno de la personalidad, intoxicación o abstinencia de sustancias).

Algunos autores, destacan las dificultades de autocontrol como eje central del trastorno. En este sentido, se describe el TDAH como un “Déficit para inhibir la conducta prepotente” (Barkley 1995).

Por su parte Guerrero (2016) define el TDAH como: “Una patología compleja que implica una serie de síntomas y dificultades que afectan al niño en sus diferentes ámbitos: académico, familiar, social y conductual”.

Según Olvera (2000): “El TDAH es una enfermedad crónica, de inicio en la infancia y que en la mayoría de las ocasiones persiste en la adolescencia y en la vida adulta, se caracteriza por una triada sintomatológica: inatención, hiperactividad e impulsividad que producen deterioro en el funcionamiento familiar, académico, social o laboral.”

Puede parecer que estos autores tienen una visión diferenciada de lo que es el TDAH, pero todos concuerdan en que este trastorno afecta a diversos ámbitos de nuestra vida como el académico, el social, el familiar y el conductual. Además de que todos piensan que este trastorno se inicia en la infancia.

Hay que distinguir el TDAH de comportamientos propios de la edad en niños activos, retraso mental, situaciones de ambiente académico poco estimulante y sujetos con comportamiento negativista desafiante. Esta distinción tiene mucha importancia a la hora de gestionar los recursos de aprendizaje que es lo que nos interesa desde la perspectiva educativa a nosotros.

### **3.1.2. Características del TDAH**

Para poder comprender un poco más el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, hay que hablar de sus principales características. Estas son: la inatención, la impulsividad y la hiperactividad.

En primer lugar, comenzaremos explicando en qué consisten las dificultades de atención y concentración. Las dificultades de atención pueden manifestarse en situaciones sociales, académicas o laborales. Deben presentarse durante un mínimo de 6 meses y en discordancia con la edad del niño/a en comparación de términos generales.

Según la Fundación Adana (2018) estas dificultades se pueden exponer en los siguientes puntos:

### **LAS DIFICULTADES DE ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN**

- Dificultad para establecer un orden en sus tareas o pequeñas responsabilidades en casa.
- Le cuesta “ponerse en marcha” (para vestirse, hacer los deberes, etc.), ya que se distrae fácilmente en estímulos irrelevantes.
- Presenta problemas para mantener la atención hasta finalizar sus tareas y tiende a dejar una actividad por otra al poco rato de haberla empezado dejando varias inacabadas.
- Pierde u olvida cosas necesarias (agenda, abrigo, bufanda, cartera, juguetes, etc.).
- Parece no escuchar cuando se le habla, tienen dificultades para seguir la conversación adecuadamente, así como para seguir las normas de un juego o actividad propuesta, o para obedecer ya que no está atento cuando se da la orden.
- Olvida sus obligaciones cotidianas (cepillarse los dientes, recoger la ropa, etc.).
- Puede tener problemas para seleccionar lo que es más importante, comete errores por descuido en las tareas escolares u otras actividades, al no prestar suficiente atención a los detalles.
- Dificultades para prestar atención a dos estímulos alternativos o simultáneos (por ejemplo, escuchar al profesor y tomar notas al mismo tiempo).
- Con frecuencia evita o se resiste ante tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido o un grado de organización elevado.

- Barkley enfatiza los problemas que tienen para demorar la gratificación y para resistir la distracción entre los principales determinantes de las dificultades de atención.
- Estos niños se aburren más rápidamente con su trabajo y sienten una mayor atracción por los aspectos más gratificantes o divertidos de cualquier situación (Barkley, 1995).
- Se distraen con gran facilidad interrumpiendo su tarea para dedicarse a lo gratificante sin finalizar lo importante.

Se puede observar que la desmotivación que sufren estos niños/as por las tareas del aula es por la dificultad de atención y no por la desgana.

El rendimiento de los niños/as con TDAH disminuye ante tareas poco novedosas o repetitivas. Si la tarea es novedosa, el rendimiento inicial es bueno, deteriorándose a medida que se hace monótona y aumentando la probabilidad de abandono (Orjales, 1998).

La atención del niño/a con TDAH suele ser dispersa y puede llegar a alterarse con cualquier estímulo, mantener la atención en las condiciones normales de una clase, puede dificultar que el niño/a centre su atención en las tareas.

Cuando predomina el déficit de atención, es más difícil detectarlo, puesto que no se presentan problemas de comportamiento. A menudo estos niños/as son difamados de despistados, pasivos y desorganizados, no molestan en el aula, pero tampoco aprenden, su rendimiento no es bueno y a veces puede haber dudas sobre sus capacidades.

En segundo lugar, tenemos que hablar de la impulsividad que equivale a una falta de autocontrol en la conducta, presentan dificultades para parar la respuesta espontánea. Tienen dificultades tanto para controlar su conducta como para controlar sus emociones o sus pensamientos.

Para la Fundación Adana (2018) la impulsividad implica las siguientes dificultades:

### **LA IMPULSIVIDAD**

- Dificultades para pensar antes de actuar.

- Se precipita en el habla diciendo cosas en momentos poco oportunos o respondiendo preguntas incluso antes de que se le hayan acabado de formular.
- Poco previsor y falta de planificación (por ejemplo; se ponen a hacer los deberes sin tener material).
- Interrumpe o se inmiscuye en las conversaciones, juegos o actividades de los demás.
- Se muestra impaciente, con dificultades para aplazar la gratificación inmediata.

Debido a estas características, estos niños/as llegan a realizar comentarios fuera de lugar, tocan o se apropian de cosas que no deben, hacen payasadas, etc. Además, muestran reacciones automáticas de ira o rabia ante pequeñas frustraciones o situaciones que perciben como amenazas. Tienen dificultades para esperar, guardar turno en los juegos, cola para la comida o en el recreo. Estas dificultades se deben a su falta de autocontrol y hacen que el niño con TDAH parezca exigente y egocéntrico teniendo consecuencias negativas en su adaptación social y escolar.

Respecto a su rendimiento escolar, debido a la impulsividad, empiezan las tareas sin acabar de leer las instrucciones, deben controlar los impulsos para no abandonar una tarea repetitiva. Con frecuencia, cuando realizan tareas monótonas, emplean el menor tiempo posible y hacen un esfuerzo mínimo, aunque puedan hacerlo mejor.

Y, por último, se define la hiperactividad como una actividad excesiva o inapropiada ya sea motora (de movimiento) o vocal (tararear, ruidos constantes con la boca, etc.). Es el síntoma más fácil de diferenciar con respecto a los otros dos.

La Fundación Adana (2018) tiene estas indicaciones para poder diferenciar a un niño/a activo acorde a su edad de un niño/a con TDAH:

### **LA HIPERACTIVIDAD**

- Movimiento frecuente de pies y manos (balancear los pies, dar golpecitos con el lápiz o los dedos, jugar con objetos, etc.).
- Se mueven con frecuencia en su asiento (cambiando de postura, balanceándose, etc.), a menudo se levantan cuando deberían permanecer sentados.

- Le cuesta entretenerse o dedicarse a actividades tranquilas porque tienen preferencia por juegos y actividades más movidas.
- Con frecuencia van de un lugar a otro sin motivo aparente, a veces corren o saltan en situaciones poco apropiadas. Pueden verbalizar sensación de inquietud interna a pesar de ser capaz de estarse quieto.
- Habla excesiva, no pueden callar en clase. Hacen ruiditos con la boca o tarareo.

La hiperactividad es el síntoma más llamativo del trastorno por el cual la mayoría de las veces los profesores alertan a los padres, pero esto no significa que sea el más importante.

En muchos casos, a medida que el niño/a crece, la hiperactividad motriz en el aula se manifiesta por medio de excusas constantes para levantarse (enseñar la tarea al profesor, ir a buscar algo, ...) y exceso de actividad motriz fina (rascarse, cambiar la manera de estar sentado, jugar con el lápiz...) o vocal (hablar con el compañero, ...).

En las niñas el grado de hiperactividad suele ser más ligero y manifestado a través de movimiento fino, no obstante, sigue siendo exagerado respecto a su sexo y edad.

Cuando la conducta hiperactiva es muy exagerada, puede interferir notablemente en el aprendizaje y en la adaptación escolar-social del niño con TDAH. Barkley explica la hiperactividad de estos niños como una conducta hiperreactiva o desmesurada ante una situación, como un problema para inhibir la conducta en este caso motora.

Por otro lado, varios autores están de acuerdo que un grupo elevado de niños con TDAH (aproximadamente el 50%), presentan dificultades de coordinación motriz y estructuración perceptiva. Se ha relacionado estas dificultades con la presencia de ciertos signos neurológicos menores (dificultades en la ejecución de movimientos sucesivos y opuestos con rapidez, dificultades en el reconocimiento de figuras o letras trazadas en la piel, o dificultades en el reconocimiento de objetos al tacto). No obstante, todavía está por descubrirse la relación entre aspectos y la implicación con el TDAH (Cabanyés y Polaino, 1997).

### **3.1.3. Tipos de TDAH**

El TDAH no se presenta de la misma forma en todos los niños/as, ya que puede aparecer de tres formas diferentes; hiperactivo-impulsivo, inatento o combinado. Estos tipos aparecen debido a la falta de atención, la hiperactividad o la impulsividad. El tipo de TDAH que se le diagnostique a un niño/a dependerá de los síntomas que llegue a presentar. De todas formas, los síntomas pueden cambiar según los niños/as van creciendo y por tanto también cambia el tipo de TDAH.

Según el equipo de Understood (2014) estas serían las principales características del TDAH hiperactivo-impulsivo:

<b>TDAH TIPO HIPERACTIVO-IMPULSIVO</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Presentan síntomas de hiperactividad y sienten la necesidad de moverse constantemente.</li><li>- Dificultad para controlar sus impulsos.</li><li>- No suelen tener problemas de atención.</li></ul>

Este tipo de TDAH suele verse más a menudo en niños/as pequeños y es más sencillo identificar sus señales. Los niños/as que lo tienen suelen tener dificultad para permanecer sentados en clase y para controlar su comportamiento.

Según el equipo de Understood (2014) estas serían las principales características del TDAH inatento:

<b>TDAH TIPO INATENTO</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Dificultad para prestar atención.</li><li>- Se distraen con facilidad, pero no son impulsivos ni hiperactivos.</li></ul>

Los niños con este tipo de TDAH pueden pasar inadvertidos porque no molestan en clase. De hecho, es posible que parezcan tímidos o que sueñan despiertos. Aunque no tengan problemas de conducta importantes, su inatención puede provocarles otros problemas.

Según el equipo de Understood (2014) estas serían las principales características del TDAH combinado:

### **TDAH TIPO COMBINADO**

- Síntomas de hiperactiva/impulsiva.
- Falta de atención continua.

Sin embargo, puede que esos problemas de hiperactividad/impulsiva disminuya gradualmente al llegar la adolescencia.

#### **3.1.4. Causas del TDAH**

En la actualidad todavía no se conocen las causas directas del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, pero hay diversas teorías que apuntan que es un trastorno de origen neurobiológico y muy probablemente de transmisión genética.

Algunos estudios realizados mediante las resonancias magnéticas dicen que es posible que en el TDAH exista un mal funcionamiento de ciertas zonas-regiones cerebrales.

Estas zonas podrían ser:

- Área prefrontal del cerebro
- Áreas del cerebelo
- Los ganglios de la base

Estos resultados demuestran que ciertas zonas están relacionadas con la detención o retraso de las respuestas automáticas (impulsivas) y con la regulación de la atención.

Según la Fundación Adana (2018) existen varias causas que podrían propiciar la aparición del TDAH, entre ellas:

La relación con la genética se verifica en los estudios realizados con familiares de niños/as con TDAH, es decir, se ha comprobado que los niños/as diagnosticados con TDAH es por que alguno de sus padres o incluso algún familiar cercano también esta diagnosticado con este trastorno.

Pero también hay factores no genéticos que pueden provocar la aparición del TDAH como, por ejemplo; los factores de riesgo perinatales (tabaco, alcohol, drogas consumidas durante el embarazo), las complicaciones en el momento del parto que dan lugar a lesiones cerebrales y la exposición a altos niveles de plomo en la temprana infancia pueden juntos explicar solo un 20% - 30% de los casos de niños con TDAH.

También se han analizados las variables ambientales que se han relacionado con el TDAH, como ambientes familiares desorganizados o psicopatología paterna presente, este tipo de familias son generadoras de ambientes patogénicos, esto quiere decir, que favorecen la aparición de trastornos mentales en general ya no solo el TDAH, pero no se pueden considerar como la causa directa que genera el trastorno.

### **3.1.5. Síntomas del TDAH**

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad tiene 3 síntomas principales:

- Falta de atención
- Hiperactividad
- Impulsividad

Se pueden encontrar estos síntomas en conductas propias de la infancia, ya que es normal que los niños/as sean muy activos, presenten poca atención o escuchen poco, pero es importante saber diferenciar entre una conducta normal y una que sobrepasa los términos generales. Estos síntomas pueden tener una intensidad diferente en cada niño/a y pueden presentarse de forma independiente.

La hiperactividad es el síntoma por excelencia más fácil de reconocer por su evidencia y por qué es el más conocido por la sociedad en general. La web Tdahytu (2020) nos dice que las personas que padecen hiperactividad se caracterizan por qué:

- Se mueven en momentos pocos adecuados.
- No pueden permanecer quietos cuando es necesario.
- Hablan en exceso.
- Tienen dificultades para relajarse.
- Cambian de actividad sin finalizar ninguna.
- Tienen falta de constancia.

El déficit de atención sin duda es el síntoma más difícil de detectar sobre todo en edades infantiles, pero suele aparecer cuando se empieza la etapa escolar y persiste durante toda su vida. Según la web Tdahytu (2020) las personas que padecen falta de atención se caracterizan por qué:

- Dificultad para mantener la atención durante un tiempo prolongado.
- No prestan atención a los detalles.
- Dificultades para finalizar tareas.

- Les cuesta escuchar, seguir ordenes e instrucciones.
- Son desorganizados en sus tareas y actividades.
- Suelen perder u olvidar objetos.
- Se distraen con facilidad.
- No terminan lo que empiezan.
- Evitan las actividades que requieren un nivel de atención sostenido.
- Cambian frecuentemente de conversación.
- Dificultades para seguir las normas o detalles de los juegos.

La impulsividad es el síntoma menos común de los tres síntomas presentados. Los niños/as que presentan este síntoma tienen dificultad para pensar las cosas antes de actuar. Según la web Tdahytu (2020) la impulsividad se caracteriza por qué:

- Son impacientes.
- Tienen problemas para esperar su turno.
- No piensan antes de actuar.
- Interrumpen constantemente a los demás.
- Tienen respuestas espontaneas.
- Suelen tener conflictos con los adultos.

### **3.1.6. Conclusión**

Después de haber investigado sobre las características del TDAH y tener en cuenta los diversos aspectos más importantes al respecto, podemos decir sin ninguna duda que no todos los niños/as diagnosticados con este trastorno son iguales.

Desde las características, los tipos, las causas y hasta los síntomas del TDAH sabemos que ninguna persona presenta los mismos que otra y mucho menos reaccionan de la misma manera en las situaciones que se puedan presentar. Esto incluso nos lo confirma los estudios de diversos autores a lo largo de estos últimos años.

Pero lo más importante y en lo que más insisten todos los profesionales que estudian y trabajan el TDAH es que hay que saber diferenciar las conductas de los niños/as según su edad y las que sobrepasan los límites generales. Porque no hay que olvidar que los niños/as son niños/as y siempre serán activos, inquietos y despistados, pero todo tiene un límite dentro de los parámetros generales.

Con respecto a la etapa escolar, nos damos cuenta que estos niños/as necesitan la ayuda de diversos recursos para poder mejorar su nivel académico y sus relaciones sociales. Pero no podemos usar los mismos recursos para todos por igual, hay que saber que necesidades tiene cada uno y donde necesitan esas ayudas extras. También es muy importante ayudarlos a integrarse con la clase porque muchas veces estos niños/as se sienten diferentes a sus compañeros y no se relacionan. En la segunda parte del trabajo intentaremos abordar la variedad de estrategias a las que tenemos acceso para ayudar al aprendizaje en esta situación.

### **3.2. Estrategias para el alumnado diagnosticado de TDAH**

Los alumnos/as diagnosticados con TDAH se caracterizan por graves deficiencias de atención, por su impulsividad y por un excesivo grado de actividad, como hemos mencionado anteriormente. Esto nos indica la necesidad que hace conocer ciertas estrategias para afrontar las conductas de este tipo de alumnado en las distintas situaciones de aprendizaje en el aula, ya que prácticamente todas las clases tienen algún alumno/a diagnosticado con TDAH. Por eso es tan importante que todos los docentes tengamos una formación mínima e imprescindible sobre cómo trabajar con este tipo de alumnado.

A continuación, hablaremos de estas estrategias divididas en las tres características predominantes de los TDAH para saber cómo actuar según sus necesidades, así como también expondremos actividades como ejemplos y algunos recursos didácticos para trabajar en el aula.

#### **3.2.1. Estrategias para mejorar la atención**

Como ya sabemos el déficit de atención es el síntoma más difícil de detectar, pero sin duda es el que más afecta en el rendimiento escolar de los alumnos/as. A continuación, expondremos diversas estrategias para poder ayudar a los niños/as a mejorar su atención en las aulas y también se verá una mejoría en su rendimiento académico.

Según la Guía de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH de la feaadah (2002), estas son algunas de las estrategias que deberíamos seguir con este tipo de alumnado:

## **FORMA DE DAR ÓRDENES**

- Deben transmitirse de forma breve, clara y concisa.
- Mantener siempre el contacto visual con el alumno/a.
- Enseñar pautas de autoinstrucciones mediante el habla interna, para que el alumno module su conducta a través del lenguaje. Los alumnos/as deberán memorizar los siguientes mensajes e incorporarlos a su trabajo diario:
  - Escucho y pongo atención a lo que tengo que hacer.
  - Cuando leo, me fijo mucho.
  - Pienso lo que tengo que hacer. Marco un plan.
  - Hago el ejercicio con cuidado. Puedo hacerlo bien.
  - Repaso con atención y corrijo lo que este equivocado.
  - Lo conseguí. Soy bueno en esto.

## **TRABAJAR LA MOTIVACIÓN**

- Crear actividades más didácticas, rompiendo la monotonía.
- Reafirmar y premiar conductas adecuadas.
- Transmitir el concepto de “ganar doble”: premiar por terminar una tarea y haber tenido una conducta adecuada.
- Hacer comentarios a menudo sobre lo que está haciendo (“Así vas muy bien”, “Estas teniendo un error”, etc.).
- Fomentar los premios, en lugar de los castigos.
- Es primordial prestar atención al alumno cuando realice algo positivo y reforzar sus acciones con el contacto físico (abrazos, tocar el hombro, chocar la mano, etc.).

## **CONTROLAR LOS ESTIMULOS**

- Sentar al alumno cerca del profesor y acordar una señal que evite su distracción.
- Disminuir al máximo los estímulos irrelevantes que haya en el aula, así como en su pupitre, y que puedan distraerle.
- Transmitir la información de manera explícita. Se pueden utilizar elementos que sirvan como recordatorios (Dibujos, notas, fichas, etc.).
- Enseñarles técnicas para organizar el tiempo. Para que tengan constancia de este hay que materializarlo en objetos, como relojes, cronómetros, relojes de arena, etc.

## SUPERVISIÓN DE TAREAS

- Crear rutinas para todos y estructurar el funcionamiento de las clases.
- Incluir cinco minutos diarios para la organización del material.
- Avisar con tiempo de los cambios en las rutinas.
- Mostrar paso a paso lo que hay que hacer en cada tarea.
- Establecer compañeros de supervisión y estudio que ayuden al alumno, de manera que la dedicación del profesor disminuya.
- Describir detalladamente en la pizarra las tareas a realizar, no limitarse a nombrarlas solo.
- Dar responsabilidades al alumno en la organización de la clase, como, por ejemplo, limpiar la pizarra.

## DIVISIÓN DE LAS ACTIVIDADES

- Fraccionar las tareas por pasos, para que el alumno/a asimile mejor los conocimientos y así evitar que se aburra.
- Planificar el trabajo y los descansos es muy importante en estos alumnos/as.
- Enseñar pautas de cómo debe de organizarse él mismo.
- Explicarle las ventajas que obtendrá en el futuro con la realización de las tareas.

Para poder llevar a cabo estas estrategias y ayudar al alumno/a a mejorar su atención se pueden realizar las siguientes actividades recomendadas por la Guía de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH de la feaadah (2002):

1. Elaborar un horario con el alumno y pegarlo en su pupitre.
2. Colocar un reloj de cartón, que señale la hora en que termina la jornada escolar. Completarlo con un cartel adjunto en el que aparezca esa misma hora con palabras y números.
3. Utilizar un reloj que suene regularmente.

### **3.2.2. Estrategias para controlar la hiperactividad**

Sabemos que la hiperactividad es el síntoma más fácil de reconocer por su evidencia y por qué es el más conocido en la sociedad, pero hay que destacar que también es el más problemático en el ámbito escolar. Un niño/a con hiperactividad en las aulas suele ser tachado de conflictivo y lo suelen dejar de lado porque supuestamente no se puede trabajar con el/ella, por eso es tan importante saber que estrategias serían las adecuadas

para poder trabajar con este tipo de alumnos/as. A continuación, expondremos diversas estrategias para poder ayudar a los niños/as a controlar la hiperactividad en las aulas.

Según la Guía de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH de la feaadah (2002), estas son algunas de las estrategias que deberíamos seguir con este tipo de alumnado:

#### **FOMENTAR LA ACTIVIDAD CONTROLADA**

- Programar al alumno/a pequeñas tareas o responsabilidades de ayuda al profesor/a, para eliminar la energía acumulada por permanecer quieto. Se refuerza su autoestima al sentirse útil para la clase.
- Acordar con el alumno/a levantarse hasta la mesa del profesor/a para mostrarle las tareas, de esta manera el alumno estará en movimiento ya que se habrá desplazado en varias veces y podrá controlar mejor su energía.

#### **CONTROLAR LOS ESTIMULOS**

- Reducir la cantidad de tarea y establecer períodos de descanso.
- Desempeñar las tareas que impliquen un esfuerzo mental después de periodos de esfuerzo físico, para que el cansancio favorezca a su concentración.
- Concretar el tiempo con relojes, cronómetros u otras herramientas similares para que tengan conciencia de este.
- Permitir el murmullo y el movimiento en el aula, encargándole tareas que le permitan levantarse cada cierto tiempo como limpiar la pizarra.

#### **AFRONTAR SITUACIONES GENERALES DE MANERA ÓPTIMA**

- No hacer caso al alumno/a cuando haga movimientos incontrolados o establecer alguna señal discreta con el alumno/a para que corrija su actitud sin necesidad de regañarle.
- Evitar que los compañeros imiten o animen al alumno con TDAH a realizar esos movimientos.
- Realizar un refuerzo positivo ante las acciones correctas que lleva a cabo el alumno/a.

Una de las situaciones más comunes que se suelen producir cuando el alumno/a presenta una hiperactividad alta es que suele costarle mucho permanecer en la silla cuando está en el aula. A continuación, hablaremos de algunas pautas que según la Guía

de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH de la feaadah (2002), pueden ayudar cuando esta situación se presente:

1. Hablar con el niño/a para que explique por qué no puede estar sentado en su silla. Muchas veces puede ser que el tamaño no sea apropiado y hay que cambiarla o permitirle que le dé la vuelta para que se siente a horcajadas.
2. Permitir al alumno/a una cierta movilidad en el aula. Por ejemplo, delimitar un área con cinta adhesiva e indicarle que puede caminar dentro de ella cuando quiera.
3. Acordar con el/ella un refuerzo positivo a cambio de quedarse sentado, si no lo cumple se le retiraría temporalmente el privilegio de poder hacerlo y tendría que llevar a cabo las tareas de pie.
4. Hay que ser tolerante y dejar pasar algunas de sus actitudes, ya que es habitual que los niños/as hiperactivos/as no puedan estar sentados por razones físicas.

### **3.2.3. Estrategias para controlar la impulsividad**

La impulsividad es el síntoma menos común como hemos mencionado anteriormente, la dificultad que tienen estos niños/as es que actúan antes de pensar las cosas y esto les ocasiona muchas veces problemas a la hora de socializar. En el ámbito escolar vemos como estos niños/as suelen estar aislados debido a que sus compañeros no entienden por qué se comporta así. A continuación, expondremos diversas estrategias para poder ayudar a los niños/as a controlar su impulsividad.

Según la Guía de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH de la feaadah (2002), estas son algunas de las estrategias que deberíamos seguir con este tipo de alumnado:

#### **ESTABLECER LAS REGLAS**

- Hay que definir claramente las normas del aula y explicar las consecuencias si no se cumplen.
- Las normas deben estar expuestas a la vista de todos y recordarlas a menudo.
- Hay que establecer normas personalizadas para los alumnos/a con TDAH y antes de cada situación que se presente deben repetirlas en voz alta hasta que sean un hábito.

### **SEGMENTAR LAS ACTIVIDADES**

- Dividir los trabajos favorece la asimilación de contenidos, así como la organización para ir realizando las tareas. Se complementa con el uso de las autoinstrucciones para dirigir la conducta.
- Hay que fragmentarles el futuro, indicándoles lo que llegará tras realizar cada tarea.

### **RECOMPENSAR LAS ACCIONES CORRECTAS**

- El refuerzo positivo es una táctica muy eficaz para el control de la conducta, sin embargo, para que sea efectivo hay que limitar esa recompensa a conductas determinadas.
- Las recompensas sociales suelen ser más apropiadas que los materiales y son eficientes.
- Podemos establecer un sistema de puntos para premiar al niño/a con TDAH cada vez que adopte una actitud correcta o consiga un objetivo marcado, también podemos realizar esta pauta con toda la clase.

### **FOMENTAR LA REFLEXIÓN**

- Pensar en voz alta puede ayudar al alumno/a a generar un lenguaje interno que controle su conducta.
- Acostumbrarle a que cada vez que vaya a realizar alguna tarea siga el siguiente esquema: pensar, decir en voz alta y hacer la actividad.

### **PASOS A SEGUIR SI EL ALUMNO PIERDE EL CONTROL**

- Llevar al niño/a fuera del aula.
- Intentar que se tranquilice.
- Aplicar un protocolo de intervención individualizado que habrá sido acordado con el psicopedagogo o el orientador del centro.

También se pueden llegar a cabo otro tipo de pautas cuando el alumno/a pierda el control si no tiene un protocolo asignado aún. Los pasos serían los siguientes:

1. Hay que ignorar las actitudes inapropiadas y, en el caso de lleguen hacer muy molestas podemos utilizar el “tiempo aparte” pero no debemos abusar de él. Consiste en aislar al alumno/a durante un tiempo determinado en un lugar sin estímulos y una vez pasado ese tiempo, se podrá retomar la actividad sin

mencionar lo ocurrido. Es conveniente comunicarle al alumno que este tiempo es algo positivo para él/ella.

2. Si los problemas persisten sería sentar al alumno/a fuera del aula e indicarle que debe regresar el/ella mismo/a cuando considere que está en condiciones de hacerlo.
3. En ultima estancia si la situación no mejora, habría que mandar al alumno/a a otra aula para que pase un tiempo lejos.

Otra estrategia adecuada para corregir las actitudes es establecer una “una silla para pensar” durante un periodo de tiempo, destinado a la reflexión sobre una actitud correcta.

### 3.2.4. Recursos didácticos

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad afecta en gran medida a la etapa escolar es por eso por lo que los profesores/as deben estar al día de algunos recursos que les ayudaran en su labor diaria con este tipo de alumnado. A continuación, les mostrare algunos recursos que podrán usarse según las necesidades que presente el alumno/a.

- App TDAH Trainer:



Esta aplicación ayuda a trabajar algunas de las dificultades que pueden presentar este tipo de alumnado como el cálculo, la atención, la fluidez verbal o la coordinación visomotor, mediante dinámicas centradas en el entretenimiento. Para el desarrollo de esta app se contó con la participación del Doctor Kazuhiro

Tajima, psiquiatra infantil y experto en Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad. La aplicación está disponible tanto para IOS como para Android.

- Amazing Brain:



Esta aplicación no fue creada concretamente para personas con TDAH, pero puede ayudar al alumnado que lo padece. Contiene 6 minijuegos diseñados con el fin de entrenar las áreas como la lógica, la memoria, el cálculo o la observación; todas ellas relacionadas con rompecabezas y juegos de relación. Se puede

jugar en inglés o en español y cuenta con una función de aumento de dificultad

progresivo, además, de la posibilidad de competir con otros jugadores. La aplicación está disponible tanto para IOS como para Android.

- Juego de memoria:



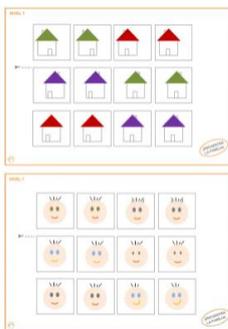
Se trata de un juego online que podemos usar tanto en ordenadores, tables o móviles, con este juego ejercitaremos la memoria y la concentración de nuestros alumnos/as. El juego consiste en que van apareciendo diferentes figuras repetidas que hay que unir con otras que se le parezcan antes de que desaparezcan.

- Materiales TDAH y Tú:



La web Tdahytu (2020) de forma complementaria, recopila materiales online y totalmente imprimibles para poder trabajar las áreas más afectadas como la memoria, la concentración e incluso la autoestima.

- Actividades propuestas por Anna Costa:



Anna Costa es psicóloga sanitaria y psicopedagoga especializada en la creación de material didáctico y orientación laboral. En la web EDUCACIÓN 3.0, propone una serie de ejercicios y actividades orientados a trabajar la concentración y la atención.

- Simón:



Este juego de mesa electrónico nos ayuda a trabajar la atención y la impulsividad. Se trata de unos cuadrados de colores que se van iluminando aleatoriamente y emitiendo sonidos a su vez; cuando el juego termine de realizar la

secuencia, el jugador deberá repetirla en el mismo orden. De esta manera, se desarrolla la memoria y la capacidad de autocontrol.

- Memory:



Esta actividad es ideal para trabajar la escasez de atención y mejorar la capacidad de memoria. Se trata de colocar una serie de cartas boca debajo de forma desordenada, y el objetivo es ir levantándolas por turnos hasta encontrar las parejas. Los alumnos/as de esta manera prestan atención a la colocación de las cartas y se deben acordar donde está

colocado cada carta para ganar el juego.

- Técnica de la tortuga:



El objetivo es eliminar la impulsividad de cada niño/a y enseñarles a llevar a cabo sus necesidades de forma adecuada. Gracias a esta técnica se consigue el control interno de los estudiantes. El juego consiste en que el niño/a aprenden a transformarse en una tortuga. Las tortugas se mueven lentamente y actúan poco a poco u cuando hay una amenaza se esconde en su caparazón y así pueden tranquilizarse.

- Técnica mindfulness:



Llevar a cabo esta técnica nos ayuda a controlar y reducir la hiperactividad y trabajar la atención. El mindfulness es una técnica de relajación enfocada en conseguir un estado de atención centralizada en un sentimiento, como la tranquilidad.

### **3.2.5. Actividades para niños con TDAH**

A veces puede resultar agobiante trabajar con alumnos diagnosticados con TDAH porque las actividades que solemos proponer no son las correctas para este tipo de niños/as y no responde bien a ellas. Por eso es muy importante conocer que actividades les conviene más a los alumnos/as diagnosticado con TDAH, para poder así incluirlas

en la rutina de la clase. A continuación, veremos algunas actividades que funcionan genial con estos niños/as.

1. Las siete diferencias:

A pesar de que es una actividad muy común y que se puede encontrar en cualquier cuaderno de actividades, periódicos, revista, etc. Con ella podemos trabajar la atención a los detalles y la memoria. La actividad consiste en encontrar las diferencias existentes entre dos dibujos o imágenes casi idénticos, también se puede ir variando el nivel de dificultad.

2. Sopa de letras:

Esta actividad clásica consiste en descubrir una serie de palabras que están dispersadas por toda la cuadrícula en cualquier dirección y de esta manera se trabaja la atención selectiva, la capacidad de planificación y aprender a controlar los impulsos. Podemos subir el nivel de dificultad tanto como queramos.

3. Moverse a cámara lenta:

Para trabajar la atención, inhibición y el comportamiento del niño/a podemos realizar ciertas acciones a cámara lenta. Podemos plantearla tanto como una actividad en grupo como de forma individual. En primer lugar, se puede hacer con conductas aisladas, después con acciones que estén relacionadas e incluso se puede crear una historia a partir de esto. Un ejemplo de cómo funciona esta actividad sería, se les puede decir a los niños/as que son astronautas y que deben realizar algunas tareas, luego hay que dejarles actuar como ellos quieran.

4. Los juegos de parejas:

Otro juego clásico que funciona muy bien con este tipo de niños/as es el juego de las parejas, nos ayuda a trabajar la memoria y la atención. Este juego consiste en encontrar las parejas entre un grupo de cartas que se encuentran boca abajo, hay que levantarlas de dos en dos y si no se acierta hay que volverlas a dejarlas boca abajo.

5. Los juegos de construcción:

Los juegos de bloques o los mecanos son elementos que fomentan la creatividad, requieren atención a los detalles, capacidad de planificación, regulación de la conducta

y ayudan a la psicomotricidad. Son actividades versátiles que pueden adaptarse fácilmente a los gustos, preferencias y destrezas del niño/a.

6. Jugar al eco:

El juego consiste en que un alumno/a dice una palabra cualquiera y el resto tiene que repetir las últimas sílabas como si fueran el eco. Se puede realizar de manera más compleja de manera que el eco no lo hagan todos los niños/as a la vez, sino que deberán hacerlo de forma escalonada. Con esta actividad trabajamos la atención, la memoria de trabajo verbal y la interacción social.

7. Juguemos a las palabras:

Hay dos formas de jugar, la primera forma es ir diciendo letras al azar y el alumno/a tendrá que hacernos una señal cuando escuche la letra por la que empiece su nombre. La señal puede ser cualquier cosa, levantar la mano, una palmada, etc. La segunda forma es ir diciendo palabras al azar y que el niño/a deba indicarnos cuando aparezca una en concreto. Con este juego se trabaja la atención sostenida.

8. ¿Qué objeto es el que falta?:

El juego consiste en que se presentan al niño/a un número de objetos y tiene un tiempo para fijarse en ellos y memorizarlos. Luego tendrá que cerrar los ojos y se retirara uno, el objetivo del niño es decir cual se ha quitado. El juego puede complicarse de diferentes maneras como añadiendo más objetos, menos tiempo para memorizar o retirando más objetos. De esta forma trabajamos la atención, la memoria y el control de la impulsividad.

9. El juego del ahorcado:

Otro juego clásico que podemos jugar en cualquier momento consiste en adivinar una palabra secreta de la que solo conocemos el número de letras que tiene, iremos diciendo letras y si acertamos estas se colocan en la palabra, si cometemos un número determinado de fallos habremos perdido. Con este juego se trabaja la capacidad de organización, la atención sostenida, controlar la conducta y la planificación.

10. Palabras encadenadas:

Otro juego clásico de palabras, hay que crear una cadena de palabras, para conseguir esto los jugadores deberán, por turnos, decir una palabra que empiece por la última

silaba de la palabra anterior. Con este juego se trabajará la atención y aprender a esperar el turno.

#### 11. Las imitaciones:

Una persona realiza una acción o un conjunto de acciones y el resto de los jugadores tienen que intentar repetir esa acción de la forma más parecida posible al modelo. Con este ejercicio trabajamos la atención y la memoria.

#### 12. Inventarnos un idioma:

La idea es inventar un símbolo para todas las letras del alfabeto, de esta manera podremos escribir todos los mensajes y el niño/a tendrá que descifrarlos. Esta técnica puede combinarse con otros juegos como puede ser las pistas, una gymkana o un escape room. Con esta técnica se trabaja la memoria, la atención y la impulsividad.

#### 13. Los puzles:

Gracias a los puzles entrenaremos la atención de los niños/as, ya que hay diversos modelos disponibles y varios niveles de dificultad. En este sentido podremos elegir el tipo de puzle, la temática de este e incluso el número de piezas.

### **3.2.6. Conclusión**

Como podemos darnos cuenta gracias a la investigación que realizamos acerca de las estrategias, recursos, pautas y actividades para los niños/as diagnosticado de TDAH hay una gran variedad de ellos, pero lo más importante es que a pesar de la gran variedad que hay, debemos saber cuáles usar según las necesidades de nuestro alumnado.

Hemos comprobado que tanto los recursos y actividades tradicionales como los novedosos pueden ayudar a nuestros alumnos/as a mejorar las áreas afectadas por el trastorno. Además, de que no solo hace falta trabajar con fichas, sino que podemos enseñar a mejorar esas áreas con juegos tanto grupales como individuales y actividades sencillas pero didácticas para nuestro alumnado.

Gracias a esta información podemos ser conscientes que pequeños pasos o cambios insignificantes pueden ayudar a nuestro alumnado con TDAH a mejorar su etapa escolar tanto académicamente como socialmente. Por eso es importante que el profesorado este no solo informado acerca del trastorno, si no actualizado también para saber cómo actuar con este tipo de alumnos/as.

#### **4. Procedimiento metodológico**

En este apartado se explicará detalladamente todo el proceso metodológico del trabajo, así como los objetivos generales y específicos, los textos que fueron sujetos a revisión, las fuentes consultadas y las técnicas o instrumentos usado para la elaboración de este trabajo.

##### **4.1. Objetivos de la investigación**

###### **4.1.1. Objetivos generales**

- Conocer en qué consiste el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactiva (TDAH) y diversas estrategias para trabajar con nuestro alumnado, ya que no todos son iguales y presentan necesidades diferentes.

###### **4.1.2. Objetivos específicos**

- Concienciar sobre la importancia de saber cómo actuar ante un caso de TDAH en un aula ordinaria.
- Promover estrategias, pautas y actividades para desarrollar con el alumnado diagnosticado de TDAH.

#### **4.2. Procedimiento metodológico**

La investigación se ha llevado a cabo mediante una revisión bibliográfica, durante el periodo de tiempo desde julio de 2021, y hasta septiembre de 2021. Las principales fuentes y base de datos usadas han sido: Google académico y Google. Se han analizado documentos sobre el tema de estudio, páginas web especializadas y artículos académicos, priorizando los aspectos educativos que deben estar presentes en este trabajo. Las palabras claves usadas en esta búsqueda han sido: Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), recursos pedagógicos para niños con TDAH, síntomas del TDAH, tipos de TDAH, causas del TDAH, análisis del TDAH, actividades para niños con TDAH, estrategias o pautas para niños con TDAH.

A continuación, se describirá paso a paso el proceso que se ha seguido en la revisión bibliografía realiza:

En primer lugar, antes de realizar una búsqueda por Google académico empecé buscando documentos que me fueron proporcionados este año cuando realicé la mención de atención a la diversidad. En el aula virtual de una de las asignaturas de la

mención encontré diversos documentos y una guía de estrategias, que me sirvieron de partida para enfocarme en ciertos términos y conceptos en los que tenía que profundizar.

En segundo lugar, realice una segunda búsqueda en Google académico para poder encontrar más documentos, revistas o artículos que me pudieran ayudar a profundizar en el tema de mi revisión bibliográfica. La verdad es que encontré bastante información muy útil pero no era suficiente para terminar de completar esta investigación.

En tercer lugar, mediante Google busque información general acerca del trastorno, así como recursos y actividades que se pudieran utilizar y llevar a cabo con este tipo de alumnado. Encontré diversas fuentes como fundaciones, federaciones y paginas especializadas en actividades y recursos para alumnos/as con TDAH. Que me ayudaron a terminar de completar la información sobre el tema de estudio.

En cuarto lugar, empecé a organizar la información obtenida y realizar el índice de la investigación para poder empezar con orden y buen pie. Comencé por el marco teórico del trabajo que dividí en dos apartados, información general acerca del TDAH y la parte específica del trabajo que son las estrategias, recursos, pautas y actividades que se pueden usar con nuestro alumnado diagnosticado con TDAH.

En quinto lugar, explique todo el proceso metodológico seguido en esta investigación, como los objetivos generales y específicos, el procedimiento metodológico seguido y las técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Por último, procedí con el análisis de los resultados que hemos obtenido con esta revisión bibliográfica, luego realicé la discusión y para terminar la conclusión sobre la investigación.

#### **4.2.1. Criterios de inclusión y exclusión**

Se han incluido los artículos, documentos, guías, webs o revistas que cumplen los siguientes requisitos:

- Artículos, documentos, guías, webs o revistas publicados desde el 2000 en adelante, salvo ciertas citas de algunos autores muy significativos de nuestro tema de estudio.
- Artículos, documentos, guías o revistas cuyo tema se centra con el del estudio.
- Artículos, documentos, guías, webs o revistas que estuvieran publicados en castellano y libres de pago.

- Páginas webs especializadas en el tema del estudio.

Se han excluidos los artículos, documentos, guías, webs o revistas que:

- Artículos, documentos, guías, webs o revistas publicados antes del 2000.
- Artículos, documentos o guías a los que no tuve acceso al texto completo o no estaban en castellano.
- Artículos, documentos, guías o revistas cuyo tema no se centraba con el del estudio.
- Páginas webs no especializadas o de dudosa procedencia.

#### 4.2.2. Descriptores de la búsqueda

Base de datos	Ecuación de búsqueda	Resultados	Artículos, documentos, guías, webs o revistas descartadas	Artículos, documentos, guías, webs o revistas válidos
<u>Google Académico</u>	“Trastorno por déficit de atención e hiperactividad”	10	8	2
	“Estrategias didácticas inclusivas en TDAH”	2	1	1
	“Barkley TDAH”	10	9	1
<u>Google</u>	“Fundaciones TDAH”	10	6	4
	“DSM 5”	10	9	1
	“Estrategias o pautas para alumnos con TDAH”	10	7	3
	“Recursos pedagógicos para alumnos con TDAH”	11	7	4

	“Actividades para niños con TDAH”	9	8	1
--	-----------------------------------	---	---	---

#### 4.2.3. Hallazgos obtenidos de la revisión bibliográfica

Autor/Año	Descripción
Adana Fundación (2018)	Fundación especialidad en el Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH).
American Psychiatric Association (2014)	Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5.
Barkley (1995)	Recurso principal para profesores y padres sobre el trastorno por déficit de atención e hiperactividad y su tratamiento.
Cabanyes y Polaino-Lorente (1997)	Revisión bibliográfica sobre Trastorno por déficit de atención e hiperactividad: planteamiento actual de un viejo problema.
Carboni (2011)	Estudio sobre el Trastorno por déficit de atención e hiperactividad: psicología, conocimiento y sociedad.
De la Peña (2000)	Artículo de la revista Facultad de Medicina UNAM sobre el Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH).
Educación 3.0. (2021)	Página web especializada en recursos y actividades para estudiantes con TDAH.
Feadah (2002)	Se trata de una guía de actuación en la escuela con alumnado TDAH de la Federación Española de Asociaciones de ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad.
Fundación CADAH (2012)	Fundación especializada en el TDAH sobre todo en estrategias de aprendizaje.

Guerrero (2016)	Estudio sobre el Trastorno por déficit de atención e hiperactividad: entre la patología y la normalidad.
Korzeniowsk y Ison (2008)	Artículo de la revista argentina de clínica psicológica sobre las estrategias psicoeducativas para padres y docentes de niños con TDAH.
Orjales (1998)	Estudio sobre el Déficit de atención con hiperactividad: Manual para padres y educadores.
Siegentheler (2001)	Documentos sobre las estrategias didácticas inclusivas en TDAH.
Shire Pharmaceuticals Ibérica (2015)	Página web especialidad en el TDAH.
Stimulus (2019)	Página web especializada en actividades para realizar con niños con TDAH.
Understood (2014)	Página web especializada en el TDAH.

### **4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

En este apartado explicaremos que técnicas e instrumentos usamos para la recolección de datos de nuestro estudio. Como ya sabemos la recolección de datos consiste en obtener información para poder avanzar en nuestro trabajo y utilizar una serie de herramienta para conseguir esa información. Para la selección de los documentos, artículos, guía y páginas web principalmente revisamos los resúmenes y luego la información completa con el objetivo de indagar si estaban relacionamos con nuestro tema de estudio.

Las técnicas utilizas en este trabajo fueron la revisión documental y la ficha bibliográfica lo cual nos permitirán comprobar los datos y estudios sobre nuestro tema de la revisión bibliográfica.

#### **4.3.1. Revisión documental**

Una vez tengamos el objetivo general y los objetivos específicos decididos se procede a investigar toda la documentación que hay disponible, para poder seleccionar los que más nos convengas según los objetivos marcados. En principio nos leemos el resumen

de los documentos y si vemos que nos interesa la información procedemos a revisar el índice, por último, examinamos los apartados que nos puedan interesar más para nuestra revisión bibliográfica.

Se recopiló un total de 62 documentos, artículo, guías y páginas webs como resultado de la búsqueda realizada, de los cuales, solo 16 fueron los seleccionados para dar respuestas a nuestros objetivos. Dentro de esos 16 se encuentran: 6 documentos, 2 guías, 6 páginas webs especializadas y 2 artículos.

#### 4.3.2. Fichas bibliográficas

Se trata de una herramienta que nos permite organizar la información relacionada con los documentos, artículos, guías o páginas webs que serán utilizados en nuestra investigación, se coloca toda la información imprescindible para poder encontrar el texto nuevamente de forma rápida y sencilla. Debe incluir el autor, el año, el título, una breve descripción o palabras clave para poder recordar la información que nos interesa de esos documentos, artículos, guía o páginas webs.

<b>Autor/es - Año</b>	<b>Título</b>	<b>Descripción / Palabras clave</b>
Adana Fundación (2018)	¿Qué es el TDAH?	Se trata de una página web especializada en el TDAH.
American Psychiatric Association (2014)	Guía de consulta de los criterios diagnóstico del DSM 5.	Criterios diagnósticos del TDAH.
Barkley, R. (1995)	Taking Charge of ADHD.	Recurso principal para profesores y padres sobre el trastorno por déficit de atención e hiperactividad y su tratamiento.
Cabanyes, J. y Polaino-Lorente, A. (1997)	Trastornos de la atención e hiperactividad infantil: planteamiento actual de un viejo problema.	Revisión bibliográfica sobre Trastorno por déficit de atención e hiperactividad: planteamiento actual de un viejo problema.
Carboni, A. (2011)	El trastorno por déficit de atención con	Se trata de un estudio donde se habla de diferentes ámbitos y

	hiperactividad. Psicología, Conocimiento y Sociedad.	cómo actúan los niños/as diagnosticados de TDAH en ellos.
De la Peña, F. (2000)	El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH).	Artículo de la revista Facultad de Medicina UNAM sobre el TDAH.
Educación 3.0. (2021)	10 recursos para estudiantes con TDAH.	Recursos y actividades para estudiantes con TDAH.
Feaadah. (2002)	Guía de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH.	Guía de actuación en la escuela con alumnado de TDAH de la Feaadah.
Fundación CADAH. (2012)	Estrategias de aprendizaje.	Fundación especializada en estrategias de aprendizaje sobre el TDAH.
Guerrero, R. (2016)	Trastorno por déficit de atención con hiperactividad. Entre la patología y la normalidad.	Estudio sobre la patología y la normalidad sobre el TDAH.
Korzeniowsk, C. & Ison, M. S. (2008)	Estrategias psicoeducativas para padres y docentes de niños con TDAH.	Artículo sobre estrategias psicoeducativas para los padres y los docentes de niños/as con TDAH.
Orjales, I. (1998)	Déficit de atención con hiperactividad: Manual para padres y educadores.	Manual para padres y educadores sobre niños/as con TDAH.
Siegentheler, R. (2001)	Estrategias didácticas inclusivas en TDAH.	Documento sobre estrategias didácticas inclusivas en TDAH.
Shire Pharmaceuticals Ibérica S.L. (2015)	TDAH: síntomas, diagnóstico, tratamiento.	Página web especialidad en el TDAH.
Stimulus. (2019)	15 actividades para realizar con niños con TDAH.	Actividades para realizar con niños/as con TDAH.

Understood For All Inc. (2014)	Los 3 tipos de TDAH.	Página web especializada en los 3 tipos de TDAH.
-----------------------------------	----------------------	--

## 5. Análisis de los resultados

En la actualidad no hay una definición exacta del TDAH porque ni siquiera autores como Barkley (1995), Guerrero (2016) o Olvera (2000) concuerdan al 100% entre ellos, pero en lo que si están de acuerdo es que este trastorno afecta a diversos ámbitos de nuestra vida como el académico, el social, el familiar y el conductual. Además, de que todos ellos piensan que este trastorno se inicia en la infancia.

Durante el desarrollo de esta investigación hemos podido comprobar que el TDAH siempre ha sido un tema de discusión muy seguido y debatido, pero no solo en los últimos años si no también mucho más atrás. Donde más ha repercutido el TDAH es en el ámbito de la educación, esto lo podemos comprobar con solo navegar en la red, más de la mitad de la información que podemos encontrar sobre este trastorno son de ayuda hacia los profesionales de la educación. Esto hace que los docentes tengamos un amplio abanico de guías y recursos para poder ayudar a estos alumnos/as, ya que el 5% de la población en edad escolar se ve afectada por este trastorno, es decir, prácticamente en todas las aulas hay un niño/a diagnosticado con TDAH. Pero aun así no es suficiente solo con los recursos y las guías, todos los profesores/as deberían tener una formación mínima imprescindible sobre como trabajar con este tipo de alumnado, porque si algo nos han demostrado los estudios a lo largo de los años es que no todos son iguales y presentan necesidades educativas diferentes.

Con respecto a las guías que hemos utilizado para la investigación nos podemos dar cuenta que separan las estrategias o pautas según el tipo de TDAH que padezca el alumno/a o sus síntomas más presentes. Esto no demuestra que estos niños/as no son iguales y pueden presentar necesidades educativas diferentes, incluso hay actividades específicas para trabajar los aspectos con más dificultad que presenten este tipo de alumnado. Con este tipo de guías o manuales hacen que antiguos manuales, guías o documentos que nos decían que las misma estrategias o pautas se podían usar para todos los niños/as con este trastorno por igual queden obsoletos.

Con respecto a los recursos y las actividades encontradas vemos como también se analizan y se clasifican según las necesidades de aprendizaje que presente el alumnado, ya no vale aplicar las mismas tareas o los mismos recursos a este tipo de alumnos por igual, hay que analizar en que aspectos del aprendizaje estos niños/as fallan para poder ayudarlos de la forma más correcta y eficaz.

Gracias a esta revisión bibliográfica hemos podido ver como en la actualidad todos los aspectos educativos acerca del TDAH han avanzado favorablemente, dejando atrás todos esos manuales, guías o documentos que decían y afirmaban que había que tratarlos a todos por igual y usar las mismas tareas o recursos con todo ellos. Podemos afirmar después de haber finalizado esta investigación que ningún niño/a con TDAH es igual y que no a todos les funcionan las mismas estrategias o pautas, recursos, actividades, etc.

## **6. Discusión**

La documentación empleada en la elaboración de la investigación, aunque la mayoría eran publicaciones actuales muchas de ellas hacían referencias a publicaciones anteriores al año 2000. Tras analizar toda la documentación recopilada puedo decir que tanto la información como la metodología aplicada en esos documentos es realmente buena incluso excelente en algunos casos. En cuanto a los objetivos de cada documento recopilado, todos cumplen sus metas y demuestran con claridad la evidencia que querían demostrar.

Toda la información obtenida trata sobre el Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) así como de las estrategias, recursos o actividades vinculados a la etapa escolar que podemos utilizar con este tipo de alumnado. Incluso podemos decir que la información de los diferentes documentos estaba conectada, muchos coincidían entre sí o hablaban prácticamente de lo mismo, podemos concluir que si algo tenían en común verdaderamente estos documentos es que todos hacían una clasificación de las estrategias según el tipo de TDAH o los síntomas que predominan en los alumnos, esto demuestra el objetivo que queríamos verificar con nuestra investigación, que no todos son iguales.

Como reflexión de esta investigación, puedo decir que a pesar de que muchos especialistas no se pondrán de acuerdo con respecto a lo que implica este trastorno lo que si podemos decir con seguridad es que no todos los niños/as que lo presentan son iguales, es un trastorno totalmente impredecible que puede incluso en algunos casos presentar como hemos visto anteriormente síntomas totalmente diferentes o nunca vistos en otros casos. Por eso es tan importante que los docentes tengan una formación básica acerca de este trastorno por que prácticamente está a la orden del día en todas las aulas.

Con respecto a los recursos y actividades encontrados y comentados en este trabajo podemos decir que hay desde las aplicaciones más novedosas hasta los juegos y actividades más clásicas, pero lo importante aquí es saber cuál elegir y como usarlo según las necesidades que presente nuestro alumno/a por eso también con los recursos y actividades se lleva a cabo una clasificación dependiendo del tipo de TDAH o de los síntomas más presente en nuestro alumno/a.

Pero sin duda la información más útil que nos podemos llevar de esta investigación es que jamás hay que aislar o separar a este tipo de alumnado de sus compañeros, ni mucho menos decir a los demás alumnos/as que pasen de él, al revés hay que trabajar toda la clase junta para poder ayudar al alumno/a con TDAH y que la convivencia y el ambiente en el aula sea cada vez más relajada y fluida.

## **7. Conclusión**

Gracias a esta investigación hemos podido descubrir y demostrar que el TDAH no es solo un trastorno que con algunas pautas para todos por igual se puede controlar o mejorar la vida de quienes lo padecen. Toda la documentación recogida en esta revisión bibliográfica nos mostró que debemos conocer en que consiste este trastorno para poder

ayudar a nuestro alumnado, pero sobre todo lo más importante es que no podemos tratarlos por igual, algo que hoy en día sigue pasando en ocasiones.

He aprendido que las estrategias, recursos y actividades tienen su propia clasificación y que no todas ayudarán por igual a nuestros alumnos/as, todo depende del tipo de TDAH que padezcan o las características predominantes que posean. Debemos tener una buena comunicación con los padres y los especialistas para estar bien informados acerca de las características de nuestro alumno/a para así poder ayudarlo mejor.

A pesar de que los autores no se ponen de acuerdo en una definición exacta para el TDAH o como se debe tratar, lo que sí podemos destacar es que todos están de acuerdo en que es un trastorno que empieza en la infancia y que afecta a todos los ámbitos de nuestra vida. Pero es cierto que muchos de estos estudios pasados han quedado obsoletos debido a las grandes investigaciones que se han llevado a cabo en los últimos años, pero aún siguen estando de acuerdo con esos autores en esos dos puntos principales.

Sin duda, hay que destacar la importancia que le dan a no aislar al alumno/a que tiene TDAH de sus compañeros debido a que esto puede ocasionar situaciones aún peores en el aula, debemos enseñar tanto a ese niño/a como a sus compañeros como deben actuar, entenderse y sobre todo como ayudarse unos entre ellos sin ningún tipo de discriminación.

Estoy muy satisfecha con el resultado de esta investigación, hemos podido lograr todos los objetivos propuestos, así como demostrar que no todos los alumnos son iguales y debemos ayudarlos según sus necesidades de aprendizaje. Además, he logrado formarme mucho más acerca de este trastorno y aprender cosas nuevas que aún no sabía.

## 8. Bibliografía

- Adana Fundación. (2018). TDAH, Características. Barcelona, España: Fundación Adana. Recuperado de: <http://www.fundacionadana.org/caracteristicas/>. (30 de julio de 2021)
- American Psychiatric Association. (2014). Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5. 1000 Wilson Boulevard Arlington, VA 22209-390. Recuperado de: <https://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>. (1 de agosto de 2021)
- Barkley, R. (1995). Taking Charge of ADHD. New York: Guilford Press.
- Cabanyes, J. y Polaino-Lorente, A. (1997) Trastornos de la atención e hiperactividad infantil: planteamiento actual de un viejo problema, en Polaino-Lorente, A., Avila de Encío, C., Manual de Hiperactividad infantil. Madrid: Unión Editorial.
- Carboni, A. (2011). El trastorno por déficit de atención con hiperactividad. Psicología, Conocimiento y Sociedad, 1(3),95-131. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475847405007>. (2 de agosto de 2021)
- De la Peña, F. (2000). El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH). Revista Facultad de Medicina UNAM, 43 (6), 243 – 244.
- Educación 3.0. (2021). 10 recursos para estudiantes con TDAH. Madrid, España. Recuperado de: <https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/recursos-para-estudiantes-con-tdah/>. (19 de agosto de 2021).
- Feaadah. (2002). Guía de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH. Madrid, España. Recuperado de: <https://sid-inico.usal.es/documentacion/guia-de-actuacion-en-la-escuela-ante-el-alumno-con-tdah/>. (4 de agosto de 2021).
- Fundación CADAH. (2012). Estrategias de aprendizaje. Madrid, España. Recuperado de: <https://www.fundacioncadah.org/web/categoria/estrategias-de-aprendizaje.html> . (8 de agosto de 2021).
- Guerrero, R. (2016). Trastorno por déficit de atención con hiperactividad. Entre la patología y la normalidad. Barcelona, España: Planeta.

- Korzeniowski, C. & Ison, M. S. (2008). Estrategias psicoeducativas para padres y docentes de niños con TDAH. Revista Argentina de Clínica Psicológica, XVII (1),65-71. ISSN: 0327-6716. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921796006> . (2 de agosto de 2021)
- Orjales, I. (1998). Déficit de atención con hiperactividad: Manual para padres y educadores. Madrid: CEPE.
- Siegentheler, R. (2001). Estrategias didácticas inclusivas en TDAH. Universidad Jaume I. Catellón, España.
- Shire Pharmaceuticals Ibérica S.L. (2015). TDAH: síntomas, diagnóstico, tratamiento. Madrid, España: TDAH y tú. Recuperado de: <http://www.tdahytu.es/sintomas-del-tdah/>. (19 de junio de 2018).
- Stimulus. (2019). 15 actividades para realizar con niños con TDAH. España, Europa. Recuperado de: <https://stimuluspro.com/blog/15-actividades-para-realizar-con-ninos-con-tdah/>. (19 de agosto de 2021).
- Understood For All Inc. (2014). Los 3 tipos de TDAH. New York, NY 10013-2150: Understood. Recuperado de: <https://www.understood.org/articles/es-mx/the-3-types-of-adhd>. (3 de agosto de 2021).