

# Hiperactividad

Los padres que tienen niños muy movidos, nerviosos e impulsivos, a menudo creen que con el tiempo cambiarán. Al margen de que esto pueda ser cierto, es importante que en estos casos se descarte que el niño padece hiperactividad infantil o, tal y como se denomina en términos técnicos, el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH). Se trata de una de las alteraciones del comportamiento con mayor impacto en el desarrollo educativo y social del niño. Estudios recientes indican que entre un 4% y un 12% de los niños en edad escolar pueden ser considerados hiperactivos.

Se trata de niños que desarrollan una intensa actividad motora, tienen dificultades para centrarse en una sola actividad y abandonan rápidamente una tarea para empezar otra, que también dejarán inacabada. Son muy impulsivos y desobedientes, con lo cual educarlos y encauzar su comportamiento resulta más difícil. Además, les cuesta establecer un orden en sus tareas o pequeñas responsabilidades, parece que no escuchan y pueden olvidar cosas importantes o necesarias.

Manifiestan cambios bruscos de estado de ánimo y son fácilmente excitables, lo cual provoca frecuentes estados de tensión en casa y en el colegio. A menudo tienen problemas para relacionarse con los compañeros y para mantener los mismos amigos durante largos periodos de tiempo. Los profesores suelen comentar que el niño es incapaz de estar sentado, que molesta a los compañeros y que, justo después de una explicación acerca de una tarea que se ha de hacer, vuelve a preguntar en qué consiste. Esto se debe a que la hiperactividad conlleva problemas de atención y concentración.

Los padres, por su parte, exponen que les resulta muy difícil ir a cualquier sitio con él, que siempre está corriendo de una habitación a otra, que es imposible mantener un orden en casa y que siempre está rompiendo cosas. Suelen definir a su hijo como un niño inmaduro, cuyo comportamiento genera conflicto, desaprobación y rechazo.

¿De qué manera se puede ayudar al niño que padece hiperactividad? El tratamiento depende de cada caso individual y debe ser personalizado, pero lo que es común a todos los niños es que no se les debe regañar continuamente, ya que un exceso de reproches y críticas a lo que hacen provocará en ellos un déficit de autoestima que puede agravar la situación. El enfrentamiento continuo realimenta el trastorno porque el niño siente que siempre le acaban riñendo haga lo que haga y termina por no esforzarse en portarse bien.

Lo mejor que podemos hacer es elogiar las conductas apropiadas y, en lugar de reñirle por las que no lo son, explicarle sin agresividad qué es lo que ha hecho mal. Aparte de premiarle cuando realice una tarea o cuando se porte bien, también se le ha de enseñar a organizarse en la realización de sus tareas, ya que así el niño aprenderá a planificar sus actos y a desarrollar su lenguaje interno.