



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO  
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CONDUCTA**



**“PROPUESTA DE PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN  
ALUMNOS CON TDAH”**

**TESIS**

Que para obtener el título de  
**Licenciado en Psicología**

Presenta

**Francisco Javier Garduño Jaimes**

Número de Cuenta: **0510353**

Asesor

**Dra. Mónica Rodríguez Villafuerte**

Toluca, México, Agosto de 2018

## ÍNDICE

<b>RESUMEN .....</b>	<b>6</b>
<b>PRESENTACIÓN .....</b>	<b>7</b>
<b>INTRODUCCION .....</b>	<b>8</b>
<b>MARCO TEORICO .....</b>	<b>9</b>
<b>CAPÍTULO 1. TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON Y SIN HIPERACTIVIDAD .....</b>	<b>9</b>
<b>1.1 Definición .....</b>	<b>9</b>
<b>1.2 Síntomas del TDAH/TDA .....</b>	<b>11</b>
<b>1.2.1 Síntomas principales del TDAH/TDA .....</b>	<b>11</b>
1.2.1.1 Inatención .....	12
1.2.1.2 Impulsividad .....	13
1.2.1.3 Distracción Fácil .....	14
1.2.1.4 Hiperactividad .....	14
<b>1.2.2 Síntomas Adicionales .....</b>	<b>16</b>
<b>1.3 Etiología .....</b>	<b>20</b>
<b>1.4 Tipos de TDAH/TDA .....</b>	<b>24</b>
<b>1.5 Diagnostico de TDAH/TDA .....</b>	<b>26</b>
<b>1.5.1 Trastorno de Deficit de Atención con Hiperatividad (Criterios     Diagnósticos) .....</b>	<b>26</b>
<b>1.6 TDAH en Adolescentes .....</b>	<b>30</b>
<b>1.7 Tratamiento para TDAH .....</b>	<b>32</b>
1.7.1 Tratamiento Farmacológico .....	32
1.7.2 Terapia Psicopedagógica .....	33
1.7.3 Psicoterapia .....	35
<b>CAPITULO 2. PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN DE TDAH/TDA .....</b>	<b>36</b>
<b>2.1 Programas de Intervención Psicopedagógica .....</b>	<b>36</b>
<b>2.2 intervención Educativa .....</b>	<b>39</b>

2.2.1 Programa de Intervención Educativa .....	39
<b>CAPITULO 3. INVESTIGACIONES RELACIONADAS SOBRE EL TDAH ...</b>	<b>43</b>
<b>METODO .....</b>	<b>48</b>
1. Objetivo General .....	48
2. Planteamiento del Problema .....	48
3. Tipo de Estudio .....	49
4. Definición de Variable .....	50
5. Hipótesis.....	50
6. Población y Muestra .....	51
7. Instrumento .....	51
8. Diseño de la Investigación .....	51
9. Captura de la Información .....	52
10. Procesamiento de la Información .....	52
<b>RESULTADOS .....</b>	<b>53</b>
<b>DISCUSIÓN .....</b>	<b>103</b>
<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>104</b>
<b>SUGERENCIAS .....</b>	<b>105</b>
<b>BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>106</b>

## **RESUMEN**

El Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad, es uno de los trastornos de desarrollo más comunes hoy en día, el cual surge en los primeros 7 años de vida, cuyos síntomas pueden ser altamente variables y siguen presentes a lo largo de la vida de los sujetos diagnosticados. El cual está caracterizado por presentar dificultades en mantener la atención, así como una gran dificultad para mantener sus impulsos y un permanente y excesivo movimiento sin objetivo concreto.

Los síntomas de este trastorno dificultan el desarrollo íntegro del sujeto diagnosticado, especialmente en el ámbito escolar ya que la poca capacidad que tienen para lograr concentrarse en clases, contribuyendo así a un pobre desempeño académico.

## **PRESENTACION**

El presente trabajo propone un Programa que facilitara al alumno el desarrollo a sus habilidades ejecutivas, brindando apoyo a las clases que el alumno este cursando en el momento que sea identificado con TDAH.

Con base en lo anterior, los capítulos siguientes que integran este trabajo muestran las características principales del TDAH, así como su diagnóstico, tratamientos y aspectos relacionados con el trastorno.

En el primer capítulo se aborda el trastorno desde su etiología, síntomas principales y tratamientos con el fin de entender a los sujetos diagnosticados y poder elaborar una propuesta de intervención.

En el segundo capítulo muestra algunos programas de intervención que se tomaron en cuenta para la elaboración de la propuesta aquí mostrada.

Para terminar en el tercer capítulo se mencionan algunos aspectos del TDAH hoy, con algunas investigaciones relevantes que dan una visión más amplia del mismo.

Al finalizar se muestran los resultados de la investigación con una serie de ejercicios que fueron planeados para llevarse a cabo dentro de la institución académica a la que el sujeto pertenece.

De esta manera se pretende abordar el TDAH dentro del ámbito escolar.

## **INTRODUCCIÓN**

El Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad, es uno de los trastornos de desarrollo más comunes hoy en día, el cual surge en los primeros 7 años de vida, cuyos síntomas pueden ser altamente variables y siguen presentes a lo largo de la vida de los sujetos diagnosticados. El cual está caracterizado por presentar dificultades en mantener la atención, así como una gran dificultad para mantener sus impulsos y un permanente y excesivo movimiento sin objetivo concreto

En el presente trabajo se tratara más a fondo el Trastorno de Déficit de Atención (TDA), que es uno de los subtipos del Trastorno de Déficit de Atención (TDAH), el cual se caracteriza por la predominancia de la inatención, lo cual trae consigo problemas de concentración, torpeza social, dificultad para resolver problemas académicos en general, lo cual desencadena en poco o pobre aprovechamiento en el salón de clases.

A causa de esto los sujetos obtienen calificaciones reprobatorias y generan poco interés a su desempeño escolar, corriendo el riesgo, en el mejor de los casos, llegar a presentar exámenes extraordinarios e incluso verse en la necesidad de repetir el año escolar en el que se encuentran.

Debido a esto se propone un Programa de Intervención en alumnos diagnosticados con TDA, dentro de la Escuela Secundaria Oficial No. 0591 “Lic. Ignacio Manuel Altamirano” con el propósito de ayudar a estos jóvenes a lograr un mayor desempeño y aprovechamiento dentro del aula.

## **MARCO TEÓRICO**

### **CAPITULO 1. TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON O SIN HIPERACTIVIDAD. (TDAH)**

#### **1.1 Definición**

El Trastorno por Déficit de Atención (TDA/TDAH) o Desorden de Deficiencia de Atención (ADD/ADHD), es un trastorno que afecta a la cognición y la conducta caracterizado por la dificultad que presentan los sujetos con TDA para centrar su atención en tareas escolares, tareas del hogar y dificultad para relacionarse con pares. Cuya aparición se da en los primeros años de vida, generalmente en edad escolar, por lo que algunos de los síntomas relacionados con este son confundidos, con conductas propias de la edad de los niños que lo presentan.

La principal característica del TDA/ADD es la inatención como su nombre lo sugiere, pero de igual manera este trastorno puede presentarse con la presencia de hiperactividad TDAH/ADHD, lo cual presentaría un reto más grande para el desarrollo del sujeto, por lo cual es necesario contar con un diagnóstico oportuno y adecuado para brindar un tratamiento correcto y poder elaborar un plan de acción de acuerdo con las características del mismo.

Debido a esto es necesario brindar un acercamiento directo a la problemática a tratar dentro de este trabajo cuyo fin principal es la elaboración de un Programa de Intervención para Alumnos diagnosticados con TDA.

El síntoma principal del TDAH – ADD es la falta de atención sobre todo en el ámbito educativo, motivo por el cual es identificado por padres y maestros debido al bajo desempeño que los sujetos presentan en la escuela. Es necesario conocer todos los

componentes que se pueden incluir dentro del TDAH, para comprender más a fondo las dificultades que los sujetos diagnosticados que estos atraviesan a lo largo de su vida.

1. El Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) es un trastorno del neurodesarrollo caracterizado por niveles del desarrollo mental inapropiados de la inatención, impulsividad y/o hiperactividad, que da como resultado la discapacidad funcional crónica en todos los entornos (Rickl, A. 2007).
  
2. El ADD/ADHD es un trastorno biológico (probablemente de origen genéticos). Cuyos síntomas primarios de este trastorno son: Hiperactividad, impulsividad y falta de atención (Armstrong, T. 2001).
  
3. TDA: El Trastorno de Déficit Atencional (TDA), es un trastorno de inicio temprano, que surge en los primeros 7 años de la niñez y se caracteriza por un comportamiento generalizado que presenta dificultades de atención (inatención o desatención), impulsividad y, en algunos casos, hiperactividad. Este comportamiento se da en más de un contexto o situación (hogar, escuela u otro) y afecta a los niños y niñas en sus relaciones con su entorno familiar, social y educativo evidenciándose con mayor claridad cuando inician su experiencia educativa formal: la incorporación al establecimiento escolar (Burgueño, X. 2009).
  
4. El trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad es trastorno de origen neurobiológico que se caracteriza por la presencia de 3 síntomas típicos:
  - a) Déficit de atención.
  - b) Impulsividad.
  - c) Hiperactividad motora y/o vocal. (Mena, 2006).
  
5. El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) es una de las alteraciones más frecuentes en la infancia y adolescencia. El TDAH comprende un patrón persistente en conductas de desatención, hiperactividad e impulsividad (Barrera, G. 2015).



En las definiciones anteriormente citadas podemos notar que no es la inatención el único síntoma que este trastorno, la impulsividad y la hiperactividad suelen ser los síntomas principales dentro del mismo, la presencia o ausencia de estos dan como resultado un grado de dificultad diferente para los sujetos diagnosticados con TDAH.

## **1.2. Síntomas del TDA/TDAH.**

Al tratarse de un trastorno el TDA cuenta con múltiples características y síntomas asociados a este. La complejidad de este trastorno puede variar de acuerdo a la presencia de los diferentes síntomas; por lo que es necesario conocer al menos un poco de la amplia gama de sintomatologías que pueden estar presentes en la vida de los sujetos diagnosticados con TDA.

Los síntomas principales del TDA son la insistente dificultad de sostener la atención durante un periodo de tiempo considerable, la hiperactividad y la impulsividad. Es de tomar en cuenta, que al ser un trastorno que comúnmente se detecta en los primeros años de vida, sobre todo en edad escolar, ya que se hace más notorio dentro de su desarrollo académico al presentar problemas de conducta y falta de atención sostenida, es necesario poder diferenciar conductas que puedan ser consideradas dentro del rango “normal” para niños de la edad y conductas que ya tienen afecciones notorias para el desarrollo del mismo.

### **1.2.1 Síntomas principales del TDAH:**

- 1) Periodos cortos de atención para la edad mental del niño.
- 2) Impulsividad.
- 3) Distracción fácil.
- 4) Sobreactividad motora (hiperactividad).

Se ha especulado que el TDA debería ser considerado como un trastorno en el que todos los síntomas deben estar presentes. Sin embargo, está bien demostrado que no todos estos se manifiestan en todos los pacientes, y un ejemplo de lo anterior radica en el hecho de que los niños que cursan con TDA pueden o no ser hiperactivos (Van-Wielink, G. 2004).

A continuación se dará una breve descripción de cada uno de los síntomas para de esta manera comprender a que se refieren y de qué manera los sujetos diagnosticados con TDA se enfrentan a la vida diaria.

#### **1.2.1.1 Inatención.**

Como el nombre de este trastorno lo indica; la principal característica del TDA es la incapacidad o dificultad para enfocar o mantener la atención en una tarea específica.

Dentro del salón de clases se hace aún más evidente, ya que se requiere de poder centrar su atención durante un tiempo prologando para realizar tareas y trabajos específicos.

- La cualidad básica es carecer de foco de atención. Su proceso de atención es muy variable, algunos días pueden estar “a tono” y terminar toda su tarea; otros días puede parecer “estar perdido”. Los factores de situación juegan una parte importante en la escuela, el niño con ADD/ADHD puede luchar para enfocar su atención en los deberes, pero puede ser un campeón en los videojuegos (Grad, F. 2000).
- El síntoma cardinal del TDA es la inatención o distracción fácil. Este se hace especialmente evidente si la actividad a la que se dedica el niño es aburrida, como tareas escolares, que frecuentemente lo son (Van-Wielink, G. 2004).
- Los problemas de atención se ponen de manifiesto porque los niños con TDAH tienen muchas dificultades para focalizar y mantener la atención, mientras juegan

o realizan tareas escolares. Les cuesta mucho seguir las reglas e instrucciones, su trabajo está desorganizado y se olvidan, con frecuencia de las cosas (Barrera, G 2015).

- El problema fundamental del síndrome hiperquinético es un trastorno de la atención. El trastorno de la atención se caracteriza por una grave incapacidad para concentrarse en las tareas de tipo intelectual, ya que actividades no estructuradas este déficit no se manifiesta de manera importante. El niño se muestra poco hábil para centrar su atención en un solo objeto; por ende, cualquier evento del ambiente, ya sea un ruido, una luz, etc., lo distraerán, así que no puede permanecer realizando una actividad (Uriarte, 1998).

#### **1.2.1.2. Impulsividad.**

Este síntoma es el responsable de que el niño tenga problemas dentro y fuera del salón de clases, toman conciencia de lo que están haciendo o diciendo. Generalmente estos niños no pueden respetar turnos en los juegos o para dar una respuesta dentro del salón de clases, debido a esto comúnmente son mal vistos y aislados de las actividades en la mayoría de los ámbitos en los que se desenvuelve.

- Este síntoma refleja carencia general de autocontrol. Es de dudarse qué los niños con ADD/ADHD planeen con su comportamiento problemático. Aunque deben estar conscientes de lo bueno y lo malo y pueden citar una regla en casa o en clase a menudo piensan “después de haber actuado” (Grad, F. 2000).
- Es una falla para inhibir los impulsos nerviosos, instintivos o reflejos. Los niños con TDA actúan sin pensarse las consecuencias. Frecuentemente estos niños hacen lo primero que les pasa por la mente y no calculan los resultados de sus acciones (Van-Wielink, G. 2004).

- Las conductas impulsivas se detectan porque estos niños hablan mucho, responden antes de escuchar las preguntas, interrumpen con frecuencia a los demás y son incapaces de esperar con tranquilidad, su turno en los juegos y otras actividades (Barrera, G. 2015).
- La impulsividad consiste en que un niño Hiperactivo piensa poco antes de actuar; por ejemplo, puede treparse a los árboles o al techo de la casa, sin medir el peligro que está implícito en tales acciones. Esta misma impulsividad tiene un componente importante en la desinhibición, por lo cual es frecuente que trasgreda las normas sociales (Uriarte, V. 1998).

#### **1.2.1.3. Distracción Fácil.**

Cuando el sujeto percibe una tarea como tediosa o aburrida, cualquier estímulo que alcance a ser percibido por sus sentidos captará fácilmente su atención distrayéndolo de la tarea que esté realizando en el momento.

Dentro del salón de clases denota un problema ya que esto provoca que, durante la clase el niño no logre captar la temática expuesta y se haga participe de juegos y conversaciones ajenas a la clase.

- Es la consecuencia de la falta de atención. Esta distracción puede deberse a estímulos sensoriales, ya sean visuales (sentarse junto a la ventana), auditivos (ruidos en el salón), somáticos (zapatos muy ajustados); o puede originarse por el pobre control de los propios pensamientos, como sucede con la fantasía desmedida entre muchos otros ejemplos (Van-Wielink, G. 2004).

#### **1.2.1.4. Hiperactividad.**

Esta característica se hace notar debido a que los sujetos tienden a conductas poco adecuadas para el salón de clases o eventos que requieren de un buen comportamiento,

se mueven excesivamente en su asiento, tienen un constante juego de manos, se levantan repentinamente, tienden a hablar muy rápido y en exceso, etc.

Para esta característica existe una diferencia entre géneros, ya que los niños suelen mostrar una gran actividad motora y las niñas lo hacen más evidente en el aumento de la actividad verbal.

Todo esto dificulta aún más su buen desempeño en las actividades escolares ya que son vistos como niños que tienden a meterse en problemas con facilidad y no pueden seguir instrucciones adecuadamente o respetar el turno de los demás.

- Es el aumento exagerado de la actividad motora. Este síntoma es muy evidente en los preadolescentes; sin embargo, va disminuyendo en los adolescentes, para ser difícil de detectar en los adultos (Van-Wielink, G. 2004).
- Los problemas de hiperactividad se aprecian porque estos niños no paran quietos, y tienen dificultades para estar sentados, cuando es necesario. Se mueven excesivamente y corren o saltan en situaciones y lugares inapropiados (Barrera, G. 2015).
- El niño se mueve constante e insaciablemente, parece albergar demasiada energía, como si tuviera un motor que lo animara a levantarse a correr, trepar y tentar todo lo que este a su alcance. Esta hipermotricidad es incontrolable y no tienen propósito fijo ni útil (Uriarte, V. 1998).
- La hiperactividad problemática puede no ser reconocida como un síntoma real hasta la primera vez que el niño es puesto en una situación en la que requiera algo de autocontrol en el movimiento (Grad, F. 2000).

La identificación del TDAH puede no ser clara si el sujeto tiene un coeficiente intelectual alto, buenas habilidades sociales, o su hiperactividad es muy leve o inexistente.

### **1.2.2. Síntomas Secundarios o Adicionales**

Debido a los síntomas principales del TDAH, los sujetos pueden presentar una serie de conductas adicionales derivadas de estos, lo cual dificulta aún más su tratamiento ya que son conductas que llevan a las personas que los rodean, ya sea padres, hermanos, maestros o compañeros de clase a segregarlos, muchas veces de manera inconsciente de actividades grupales que requieran un comportamiento “adecuado”.

A continuación se enlistaran las principales conductas asociadas al TDA/TDAH, para obtener un mayor entendimiento.

- **Desorganización.**

Estos elementos –orden y estructura- dependen fundamentalmente de la capacidad memorística del ser humano, así como del entrenamiento en las habilidades propias de dicha capacidad o aptitud. Por tanto, la desorganización en los pacientes con TDA tiene como causa principal una deficiente memoria inmediata (Van-Wielink, G. 2004).

Esta característica puede ser manifestada tanto en su apariencia física como en la manera en que guarda recuerdos de las cosas importantes o ambos. Ningún medio sistemático es usado para recordar las notas de la escuela, juegos de pelota, libros u otras “cosas importantes”. Las deficiencias también alcanzan el prepararse para proyectos y pruebas. Esta falta de organización a la larga contribuye a que el niño tenga dificultad para completar sus metas (Grad, F. 2000).

- **Malas relaciones con hermanos y compañeros / Problemas sociales.**

A pesar de su sensibilidad general y su gran deseo de ser aceptados por los demás estos niños a menudo confunden el estado de ánimo social e impulsivamente exhiben comportamientos socialmente inapropiados. Aun en un pequeño grupo, o

en una situación de uno a uno, los niños con ADD/ADHD pueden ser percibidos como demasiado autoritarios, siempre quieren ser los primeros (Grad, F. 2000).

- **Conducta agresiva.**

Esta característica contribuye a que generalmente a largo plazo se forme un ambiente negativo para el niño con ADD/ADHD. Cuando la conducta se asocia al ADD/ADHD, hay una prognosis pobre y se hace más difícil tratarlo y manejar su conducta (Grad, F. 2000)

- **Autoconcepto / Autoestima pobres.**

Los niños con ADD/ADHD son muy sensitivos emocional y neurológicamente en lo referente a sus dificultades y fallas. Además de su frustración personal y conciencia de sus fallas, estos niños a menudo experimentan duras críticas y retroalimentación considerablemente negativa de los demás. Sus autopercepciones son pobres, y con el tiempo, estos niños pueden volverse más inseguros en los referentes a sus habilidades en las situaciones académicas y sociales (Grad, F. 2000).

- **Comportamiento de búsqueda de sensaciones / sobreexcitación emocional.**

En este caso, el pequeño parece no tener un término medio en sus emociones, las que, además transmite fácilmente.

Estos niños con ADD/ADHD, a menudo, durante su juventud buscaran formas de excitación que podrían ser descritas como peligrosas. Variaciones con menos riesgo que estas tendencias pueden ser observadas en niños que toman más riesgos en su comportamiento de juego (Grad, F. 2000).

- **Soñar despiertos.**

Esta característica es asociada con la psicología subyacente del niño. Ya que un niño con ADD/ADHD generalmente muestra un estado adormilado del sistema nervioso, cuando se encuentran en clase u otras situaciones que pueden ser

percibidas como aburridas, la tendencia de estos niños es sumirse en un estado adormilado “hipnótico” o en una actividad parecida al sueño de grado subyacente de actividad cerebral (Grad, F. 2000).

- **Coordinación pobre.**

Muchos niños con ADD/ADHD tienen dificultad con las tareas motoras finas, especialmente con la escritura. Al mejorar las tareas escritas, los intentos iniciales de controlar a menudo fallan; y lo que hacen por escrito característicamente muestra un deterioro del desempeño grafomotor (Grad, F. 2000).

- **Problemas de memoria.**

Esta característica a menudo refleja en dificultad con la memoria operante, la función de memoria que está activa y relevante por periodos cortos de tiempo. En algunos casos estos problemas de memoria pueden ser atribuidos a que el niño se está distraendo, por lo que no recuerda, ya que no ha puesto atención (Grad, F. 2000).

- **Pensamiento obsesivo persistente.**

Esta característica implica que una vez que el niño tienen una idea en su mente, le cuesta trabajo dejarla. Este problema puede estar íntimamente ligado a la dificultad para leer o de mal entender las reglas sociales (Grad, F. 2000).

- **Inconsistencia.**

Quizá esta es la característica más marcada del ADD/ADHD. Básicamente, un niño es descrito por sus padres y maestros como que tiene buenos y malos días. Estas fluctuaciones pueden coincidir con una variedad de procesos psicológicos subyacentes que, a cambio, son afectados por muchos factores tanto externos como internos. En lo relativo a la inconsistencia existe la idea de que estos niños parecen tener mucha dificultad con los cambios y transiciones (Grad, F. 2000).



- **Impaciencia.**

Es el no saber esperar con calma una cosa que tarda tiempo en realizarse, o no saber “sufrir” el tiempo necesario para llevar a cabo algún trabajo o tarea. La impaciencia es una consecuencia de la mezcla de impulsividad e hiperactividad, aunadas a la falta de noción del tiempo real que tienen los niños con TDA (Van-Wielink, G. 2004).

- **Desobediencia.**

Estos niños tienen problemas con la disciplina, ya que “olvidan” las reglas de conducta, o las ignoran, por una mezcla de impulsividad, impaciencia y sobreexcitación emocional (Van-Wielink, G. 2004).

- **Concepto del tiempo.**

El niño con TDA no posee este concepto del tiempo que, en mucho depende del buen uso de la memoria inmediata (Van-Wielink, G. 2004).

Esta amplia lista de síntomas, tanto principales como secundarios, es a los que se enfrenta el sujeto diagnosticado con TDA/TDAH a lo largo de su vida dentro y fuera del salón de clases. En menor o mayor medida, cada uno de estos síntomas tiene un impacto especial en ellos, por lo que es necesario brindarles la disposición para entender la problemática a la que se están enfrentando.

Así mismo un diagnóstico temprano puede darle al sujeto una oportunidad para tener un mejor desarrollo dentro y fuera del ámbito educativo, ya que, es de tener en cuenta que no solo se ve afectado en su desarrollo académico, sino que, se ve afectado en las distintas áreas en las que se desenvuelve.

### **1.3 Etiología.**

La etiología del TDAH es multifactorial, ya que en ella intervienen distintos factores, tales como factores Genéticos, Neuroquímicos, Fisiológicos y Psicosociales, que por sí solo ningún factor determina el origen del trastorno.

- **Factores Genéticos**

- Se ha encontrado que un tercio de personas con TDAH tienen un familiar con el trastorno.
- Si el niño o adolescente tiene TDAH, sus hermanos tienen la probabilidad de padecerlo. Los hermanos de un niño con TDAH tienen un riesgo dos veces mayor de padecer el trastorno que la población general.
- No en todos los hermanos se manifiesta de la misma manera. Un hermano puede manifestar predominantemente síntomas de hiperactividad, mientras que otros pueden manifestar solo síntomas de atención (Velásquez, J. 2010).

- **Factores Neuroquímicos**

- Presencia de problemas químicos a nivel cerebral. Algunos estudios muestran que ciertos neurotransmisores (sustancias químicas en el cerebro que permiten la transmisión de la información de una neurona a otra) son diferentes. En especial, han sido identificados dos neurotransmisores: la dopamina y la norepinefrina (Velásquez, J. 2010).

- **Factores Fisiológicos**

- Las áreas cerebrales involucradas son: la corteza prefrontal, los núcleos basales del cerebro y el cerebelo (Velásquez, J. 2010).

- **Factores Psicosociales**

- La familia es muy importante. Las vivencias que producen estrés psicológico, la pérdida del equilibrio familiar y otros factores inductores de ansiedad contribuyen a la aparición o a la persistencia de TDAH (Velásquez, J. 2010).

Las causas del trastorno TDAH se desconocen todavía. La propuesta más defendida es la existencia de una interrelación entre los factores psicosociales y biológicos como determinantes comunes. Se conocen condiciones biológicas que determinan la presencia de los síntomas del TDAH, pero se trata de una pequeña proporción del total de la población de niños con este diagnóstico.

Con respecto a la etiología del TDAH se dieron a conocer diferentes hipótesis las cuales abarcan las áreas; morfológica, psicofisiológica, genética, psicosocial y ambientales. A continuación se dará una pequeña explicación de cada uno de estos factores:

**Hipótesis morfológica:** El estudio morfológico del cerebro conlleva a la modernización y sofisticación de las técnicas de medida. Gracias a ello se pueden aplicar técnicas de imagen que abren nuevas vías de investigación. En la imagen producida por la resonancia magnética se observa que los niños con TDA tienen un plano temporal normal, pero aparece una anomalía en los lóbulos frontales.

La patofisiología del TDA también ha estado investigando con otras técnicas de imagen. Dentro de estas técnicas se incluyen el SPECT y PET (Tomografía por emisión de positrones) Los estudios con SPECT reflejan una hipofunción focal cerebral del "striatum"<sup>1</sup>, al igual que una hipofunción<sup>2</sup> en las áreas sensitivas y sensoriomotoras.

De los estudios con el PET destacan los realizados por Zametkin. El utiliza adultos con TDA que tienen hijos con TDA. Los resultados que obtiene dan a entender que existen

---

<sup>1</sup> Patrón persistente de *inatención* que interfiere con el funcionamiento o desarrollo.

<sup>2</sup> Disminución de la función normal de un órgano o de una parte de él.

ciertas diferencias en relación a la población general. Los sujetos de su estudio, comparados con adultos que tienen niños normales muestran un metabolismo de la glucosa cerebral más bajo en el corte premotor y un metabolismo superior en el corte prefrontal. La importancia de estos resultados radica en que estas áreas cerebrales están implicadas en el control de la actividad y la atención.

Paralelamente a estos estudios, encontramos que otros autores han usado el PET en adolescentes con TDA pero en estos casos los resultados no han sido concluyentes. Las chicas adolescentes con TDA no muestran ninguna reducción en el metabolismo global de la glucosa comparado con un grupo control de chicas y chicos normales, y/o comparado con chicos con TDA.

Las diferencias obtenidas en los diferentes estudios realizados con el PET citados anteriormente, se explicarían en cuanto que en el primer caso se toma como base la existencia de un familiar adulto y un subtipo persistente de TDA en el sujeto, premisa que no se cumple en el estudio realizado con los adolescentes. Todos los adultos del estudio de Zametkin se sabe que continúan manteniendo síntomas de la infancia y tienen un niño con TDA. Pero puede ser que los adolescentes estudiados no tengan ningún familiar con TDA en el futuro y/o que no les persistan los síntomas a lo largo de su vida adulta.

**Hipótesis psicofisiológica:** La mayoría de los autores están de acuerdo en aceptar que los estudios psicofisiológicos no revelan una hipoactividad automática global en niños con TDA. Sin embargo, muchos modelos específicos de estimulación en hipoactividad han estado sugeridos por estudios que muestran una desaceleración más rápida del corazón, una disminución de la orientación de respuestas en las respuestas de la piel galbánica, baja amplitud de respuestas de estimulación y una habituación más rápida en el promedio de las respuestas de estimulación evocada.

**Hipótesis genética:** Hace ya muchos años que se consideran los factores genéticos como hipótesis etiológica del TDA. La transmisión hereditaria se estima que puede estar

entre el 0,55 al 0,92. Goodman y Stevenson determinan una concordancia genética del 51% en los gemelos monocigóticos y un 33% en los dicigóticos.

Las aportaciones de los estudios sobre el cruce familiar muestran que el síndrome de TDA y sus problemas aparecen en diferentes miembros familiares. Además, los estudios sobre adopciones refuerzan la idea de que se trata de una transmisión familiar genética, más que ambiental.

En este momento aún no se ha podido describir el gen responsable del TDA pero existe una línea activa de investigación que puede dar pronto sus frutos.

La respuesta positiva que muestran los individuos a los estimulantes del sistema nervioso central y a los antidepresivos sugiere la existencia de anomalías catecolaminérgicas.<sup>3</sup>

**Hipótesis psicosocial:** Los factores psicosociales no han tenido un papel prioritario dentro de las hipótesis etiológicas, aunque no podemos descuidarlas ya que muestran su importancia dentro del trastorno.

En familias con hijos con TDA se encuentran determinados tipos de relaciones padre-hijo y disfunciones familiares. Los conflictos en la interacción con la madre son más comunes en los niños más pequeños con TDA que con niños más grandes. En las familias con adolescentes TDA, éstos muestran más desobediencia y verbalizaciones negativas en familias con niños con TDA que en familia con niños normales. Estos factores psicosociales se tienden a asociar primero con el desarrollo del trastorno de conducta oposicionista-desafiante y al trastorno de conducta más que a los síntomas centrales del TDA.

**Factores ambientales:** Se han propuesto también factores etiológicos de tipo ambiental aunque ninguna de estas propuestas ha conseguido el apoyo empírico necesario. Se

---

<sup>3</sup> Catecolamina. ... El precursor de todos ellos es la tirosina, que se usa como fuente en las neuronas catecolaminérgicas (productoras de catecolaminas). Las catecolaminas están asociadas al estrés y la obesidad.

habla, pues, de la existencia de diversas anomalías pre- y perinatales, de toxinas tales como los diversos aditivos alimentarios o intoxicación de azúcar, y de teorías ortomoleculares que proponen la gran necesidad de vitaminas y nutrientes que tienen los niños con TDA. (Sabaté; Tomas, 1999).

#### **1.4 Tipos de TDA/TDAH**

Como se mencionó anteriormente la presencia o ausencia de los síntomas del TDA/TDAH, brindan un amplio esquema de diferencias entre cada uno de los casos y sus diferentes combinaciones.

En ocasiones existe negación en los padres, cuando se les comunica o comienzan a notar que su hijo tiene TDA, ya que puede que el niño tenga buenas calificaciones por lo que llegan a pensar que no tiene problemas de atención, pero es necesario entender que el nombre solo engloba los síntomas principales de este trastorno. Existen diferentes combinaciones en las que el TDA/TDAH se puede manifestar debido a que su expresión varía de niño a niño.

Los principales tipo del trastorno de déficit de atención son:

**a. Trastorno de déficit de atención con hiperactividad, del tipo predominante inatento.**

En este tipo predomina la inatención, y por ello se les puede considerar como niños distraídos. Los problemas académicos son más comunes que los de conducta. Generalmente su detección es tardía ya que no llama la atención de sus profesores y tiende a pasar sin generar problemas graves dentro del salón de clases.

**b. Trastorno de déficit de atención con hiperactividad, de tipo predominante hiperactivo/impulsivo.**

En este caso predomina la hiperactividad. Los problemas de conducta son habituales en la escuela, en casa y en ámbito social, además de tener bajo control de sus impulsos.

Al ser una expresión muy notable del TDA por su constante falta de control, su identificación tiende a ser desde temprana edad o al inicio de la edad académica del sujeto.

**c. Trastorno de déficit de atención con hiperactividad, de tipo combinado.**

En esta situación la hiperactividad y la inatención están frecuentes de manera significativa, por lo que es la más fácil de identificar ya que cuenta con todas las características para el diagnóstico.

Al ser la expresión más notable del TDA, su identificación por parte de padres y maestros es inmediata al inicio de la etapa escolar de los sujetos, ya que además de la falta notable de atención en clase, se denota una hiperactividad marcada en los sujetos dificultando aún más su desempeño académico, personal y social.

**d. Trastorno de déficit de atención residual.**

Se refiere a quienes padecieron TDA en la infancia y arrastran problemas emocionales o psicológicos TDA no tratado. Estos síntomas se manifiestan en la adolescencia y en la adultez.

Al tratarse de un trastorno del desarrollo neurológico que inicia a temprana edad, sino es tratado desde que se identifica en el sujeto, tendrá que lidiar con todas las dificultades que este conlleva durante toda su vida.

Es de mencionar que el conocimiento de los tipos que existen del TDA, es importante ya que se podrá tomar en cuenta las necesidades de cada uno de estos y que sería más funcional para los sujetos en las distintas situaciones que se presentan.

## **1.5 Diagnóstico de TDAH/TDA**

El Trastorno de Déficit de Atención (TDAH), se encuentra clasificado dentro de los trastornos de desarrollo neurológico; el cual se caracteriza por la inatención e impulsividad, dentro del DSM-V, podemos encontrar los criterios y algunas especificaciones que nos servirán para diagnosticarlo y diferenciarlo adecuadamente del Trastorno de Déficit de Atención (TDA).

### **1.5.1 Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad (Criterios Diagnósticos)**

A. Patrón persistente de inatención y/o hiperactividad-impulsividad que interfiere con el funcionamiento o el desarrollo, que se caracteriza por (1) y/o (2):

1. Inatención: Seis (o más) de los siguientes síntomas se han mantenido durante al menos 6 meses en un grado que no concuerda con el nivel de desarrollo y que afecta directamente las actividades sociales y académicas/laborales:

Nota: Los síntomas no son sólo una manifestación del comportamiento de oposición, desafío, hostilidad o fracaso en la comprensión de tareas o instrucciones. Para adolescentes mayores y adultos (17 y más años de edad), se requiere un mínimo de cinco síntomas.

- a. Con frecuencia falla en prestar la debida atención a detalles o por descuido se cometen errores en las tareas escolares, en el trabajo o durante otras actividades (p. ej., se pasan por alto o se pierden detalles, el trabajo no se lleva a cabo con precisión).
- b. Con frecuencia tiene dificultades para mantener la atención en tareas o actividades recreativas (p. ej., tiene dificultad para mantener la atención en clases, conversaciones o la lectura prolongada).



- c. Con frecuencia parece no escuchar cuando se le habla directamente (p. ej., parece tener la mente en otras cosas, incluso en ausencia de cualquier distracción aparente).
- d. Con frecuencia no sigue las instrucciones y no termina las tareas escolares, los quehaceres o los deberes laborales (p. ej., inicia tareas pero se distrae rápidamente y se evade con facilidad).
- e. Con frecuencia tiene dificultad para organizar tareas y actividades (p. ej., dificultad para gestionar tareas secuenciales; dificultad para poner los materiales y pertenencias en orden; descuido y desorganización en el trabajo; mala gestión del tiempo; no cumple los plazos).
- f. Con frecuencia evita, le disgusta o se muestra poco entusiasta en iniciar tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido (p. ej., tareas escolares o quehaceres domésticos; en adolescentes mayores y adultos, preparación de informes, completar formularios, revisar artículos largos).
- g. Con frecuencia pierde cosas necesarias para tareas o actividades (p. ej., materiales escolares, lápices, libros, instrumentos, billetero, llaves, papeles del trabajo, gafas, móvil).
- h. Con frecuencia se distrae con facilidad por estímulos externos (para adolescentes mayores y adultos, puede incluir pensamientos no relacionados).
- i. Con frecuencia olvida las actividades cotidianas (p. ej., hacer las tareas, hacer las diligencias; en adolescentes mayores y adultos, devolver las llamadas, pagar las facturas, acudir a las citas).

2. Hiperactividad e impulsividad: Seis (o más) de los siguientes síntomas se han mantenido durante al menos 6 meses en un grado que no concuerda con el nivel de desarrollo y que afecta directamente a las actividades sociales y académicas/laborales:

Nota: Los síntomas no son sólo una manifestación del comportamiento de oposición, desafío, hostilidad o fracaso para comprender tareas o instrucciones. Para adolescentes

mayores y adultos (a partir de 17 años de edad), se requiere un mínimo de cinco síntomas.

- a. Con frecuencia juguetea con o golpea las manos o los pies o se retuerce en el asiento.
  - b. Con frecuencia se levanta en situaciones en que se espera que permanezca sentado (p. ej., se levanta en la clase, en la oficina o en otro lugar de trabajo, o en otras situaciones que requieren mantenerse en su lugar).
  - c. Con frecuencia corretea o trepa en situaciones en las que no resulta apropiado. (Nota: En adolescentes o adultos, puede limitarse a estar inquieto.)
  - d. Con frecuencia es incapaz de jugar o de ocuparse tranquilamente en actividades recreativas.
  - e. Con frecuencia está “ocupado,” actuando como si “lo impulsara un motor” (p. ej., es incapaz de estar o se siente incómodo estando quieto durante un tiempo prolongado, como en restaurantes, reuniones; los otros pueden pensar que está intranquilo o que le resulta difícil seguirlos).
  - f. Con frecuencia habla excesivamente.
  - g. Con frecuencia responde inesperadamente o antes de que se haya concluido una pregunta (p. ej., termina las frases de otros; no respeta el turno de conversación).
  - h. Con frecuencia le es difícil esperar su turno (p. ej., mientras espera en una cola).
  - i. Con frecuencia interrumpe o se inmiscuye con otros (p. ej., se mete en las conversaciones, juegos o actividades; puede empezar a utilizar las cosas de otras personas sin esperar o recibir permiso; en adolescentes y adultos, puede inmiscuirse o adelantarse a lo que hacen otros).
- B. Algunos síntomas de inatención o hiperactivo-impulsivos estaban presentes antes de los 12 años.
- C. Varios síntomas de inatención o hiperactivo-impulsivos están presentes en dos o más contextos (p. ej., en casa, en la escuela o en el trabajo; con los amigos o parientes; en otras actividades).

- D. Existen pruebas claras de que los síntomas interfieren con el funcionamiento social, académico o laboral, o reducen la calidad de los mismos.
  
- E. 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 (p. ej., trastorno del estado de ánimo, trastorno de ansiedad, trastorno disociativo, trastorno de la personalidad, intoxicación o abstinencia de sustancias). (DSM-V 2013)

El presente trabajo trata la realización de un programa de intervención en alumnos diagnosticados con TDA, que es un subtipo del TDAH, el cual se caracteriza por la ausencia de la hiperactividad-impulsividad, limitándose a la evidente inatención que los sujetos presentan. Por lo que se hace necesario especificar cuál es el síntoma predominante.

Especificar si:

314.01 (F90.2) Presentación combinada: Si se cumplen el Criterio

A1 (inatención) y el Criterio A2 (hiperactividad-impulsividad) durante los últimos 6 meses.

314.00 (F90.0) Presentación predominante con falta de atención:

Si se cumple el Criterio A1 (inatención) pero no se cumple el Criterio A2 (hiperactividad-impulsividad) durante los últimos 6 meses.

314.01 (F90.1) Presentación predominante hiperactiva/impulsiva:

Si se cumple el Criterio A2 (hiperactividad-impulsividad) y no se cumple el Criterio A1 (inatención) durante los últimos 6 meses. (DSM-V)

Para el diagnóstico del TDA se trabaja con el apartado 314.00; el cual especifica la presentación predominante de la falta de atención.

Además del diagnóstico del TDA podrá utilizarse la escala de Conners para medir la severidad de los síntomas, para poder implementar el programa de acuerdo con las características de cada uno de los sujetos.

La escala de Conners es una herramienta muy utilizada en la práctica clínica para la evaluación del TDAH, la cual se compone por un listado de síntomas que se evalúa de acuerdo a su intensidad.

Esta escala es útil para Orientar el diagnóstico, Valorar la severidad y el cambio, así como brindar información necesaria para Diseñar un plan de Tratamiento.

La versión que se utilizara para obtener el diagnóstico será la versión abreviada para su fácil manejo y obtención de datos.

### **1.6 TDAH en Adolescentes**

El TDAH es un trastorno que se presenta en los primeros años de vida y es un trastorno crónico que conlleva un riesgo mayor que tener dificultades académicas, conductuales y sociales.

Este trastorno suele manifestarse antes de los siete años de edad puede persistir hasta la adolescencia y la vida adulta.

- Durante la infancia, el patrón temprano de ADD puede estar caracterizado por un comportamiento impredecible: llanto estridente, irritabilidad y sobreactividad (Grad, L. 2000).

- A partir de los 2 o 3 años comienzan a evidenciar su tendencia a no obedecer a sus padres, a punto tal que en muchos casos parecen estar afectados por lesiones auditivas ya que aparentan no escuchar (Gratch, L. 2000).

Como ya se sabe la adolescencia es una etapa de por sí difícil tanto para padres como para los hijos, el TDA al ser un trastorno crónico, puede dificultar aún más esta etapa para ambas partes, debido a que las exigencias tanto personales como académicas que los sujetos están por experimentar dentro de su vida.

En la adolescencia es posible que los síntomas cambien disminuyendo la hiperactividad, pero conservando la inatención y la impulsividad. Esto conduce al adolescente con TDA a tener un bajo desempeño escolar y una notable dificultad para establecer relaciones estables con sus compañeros de clases y maestros, desencadenando otro tipo de situaciones problemáticas.

Durante esta etapa es común que los adolescentes busquen aceptación de compañeros dentro del ámbito escolar, generalmente con alumnos que presenten características o incluso problemáticas similares, propiciando así el incremento de conductas impulsivas, ocasionándose más problemas a sí mismos.

Los adolescentes que además continúan experimentando los crónicos trastornos de conducta y de aprendizaje y arrastran también el crónico daño en la autoestima y el mal concepto de las autoridades de la escuela se ven a sí mismos poco inteligentes e incapaces de afrontar y sostener un proyecto a largo plazo con alguna posibilidad de éxito (Gratch, L. 2000).

La inatención, el bajo desempeño académico y la notable fallan en cuestiones de conducta provocan que estos jóvenes se vean segmentados de actividades grupales, no sean tomados seriamente e incluso subestimados por compañeros y profesores generando en el alumno problemas de confianza en sí mismo, falta de interés para las actividades académicas así como su desarrollo escolar.

Además de lo antes mencionado adolescente con TDA puede manifestar problemas graves de autoestima y depresión, llevándolos a tomar la decisión de abandonar sus estudios al no sentirse capaces de llevarlos a término.

La depresión parece ser más común en los adolescentes con ADD/ADHD junto con un pobre Autoconcepto además, su baja autoestima y poca confianza hacen poco probable el éxito futuro y por lo tanto contribuyen a disminuir la motivación para completar el ciclo escolar, así como mucha preocupación por la aceptación social (Grad, F 2000).

Para el adolescente con TDA, llevar a cabo las actividades diarias supone un esfuerzo mayor al resto de sus compañeros, por lo que es necesario tener en consideración un plan de acción para brindarle herramientas para que logre lidiar exitosamente con las implicaciones con una vida con TDA.

## **1.7. Tratamientos para TDAH**

Así como existen muchas teorías para el origen del TDAH, existen numerosos tratamientos para tratar a los sujetos con este trastorno. Los tratamientos varían desde el tratamiento farmacológico, hasta tratamientos de tipo conductuales, que deben ser impartidos por especialistas.

De igual manera durante el tratamiento deben involucrarse tanto padres, maestros y el terapeuta que esté tratando el caso del sujeto.

### **1.7.1 Tratamiento farmacológico.**

El uso de medicamentos en la intervención del TDAH, es muy común debido a que los síntomas más notables del trastorno son la hiperactividad y la falta de control de sus impulsos, que afectan las actividades diarias del sujeto, dentro y fuera del ámbito académico.

Así mismo el tratamiento deberá ser planeado, después de una exhaustiva revisión médica del sujeto y de una valoración de los síntomas centrales que estén presentes, los problemas asociados, trastornos coexistentes, características del hogar y expectativas de los padres.

El tratamiento debe ser planeado de manera individual, lo que implica adecuar el formato educativo y utilizar estrategias orientadas al niño los padres y maestros. El mismo estará dirigido a controlar los síntomas y manejar los problemas asociados en los aspectos académicos e interpersonales (Joselevich, E. 2000).

El TDA, al ser un trastorno con base biológica, no tiene una cura definitiva, pero las intervenciones pueden regular el problema, mientras se administren de manera adecuada y se trabaje a la par del medicamento con distintos tipos de tratamientos para lograr un efecto mayor y duradero.

### **1.7.2 Terapia psicopedagógica.**

El tratamiento médico tiene un efecto positivo en los sujetos diagnosticados con TDA, pero en la mayoría de los casos se requiere de tratamiento extra para obtener los resultados deseados, en el caso académico es necesaria una intervención guiada para mejorar el desempeño de los niños en el salón de clases.

Este tipo de intervención debe hacerse con la participación de padres, maestros y una terapia bien estructurada que tendrá como objetivo regular el trastorno y las dificultades de aprendizaje que este conlleva.

Dentro de la intervención psicopedagógica existen distintos tipo de intervención que ayudaran al control de todas las áreas de afectación del trastorno que dificultan el desarrollo académico del sujeto.

- Entrenamiento psicomotor.

Este procedimiento tiene su fundamentación teórica en la presunción de que la inmadurez neurológica, entre la cual se incluyen trastornos del aprendizaje y de la conducta, es producto de la falta de experiencia o atrofia de las habilidades motoras, cuyo desarrollo es secuencial. Esto quiere decir que para que un niño tenga la madurez suficiente a su capacidad de aprendizaje, necesita como requisito previo dominar ciertas habilidades motoras, entre las que se incluyen la dominancia o lateralidad (mano, pie y ojo), la coordinación y orientación espacial (derecha o izquierda), etc. (Uriarte, V.1998).

Este tratamiento se encamina a ejercitar diversas actividades motoras, para corregir las alteraciones del niño y de esta manera al incrementar sus habilidades motoras y mejorar el desarrollo organizativo.

- Tratamiento psicolingüístico.

Este concepto se basa en el hecho de que todos los trastornos del aprendizaje tienen como sustrato una dificultad lingüística que altera las habilidades básicas en procesos de información. De este modo, el niño puede tener una capacidad inmejorable para aprender lo percibido por la vía visual; sin embargo, por la vía auditiva, su habilidad es deficiente.

Este tratamiento tiene la finalidad de estimular el área auditiva del sujeto, con el propósito de mejorar su captación de información y procesamiento de la misma.

- Autoinstrucción.

La conducta humana se deriva de la internalización de las órdenes verbales y, supuestamente, el hiperquinético carece de esta regulación (Uriarte, V. 1998).



El objetivo de este ejercicio es hacer que el sujeto logre la internalización de las instrucciones recibidas dentro y fuera del salón de clases y logre auto regular su conducta, favoreciendo así a su atención en clases.

### **1.7.3 Psicoterapia**

Además de las dificultades que el TDA representa al alumno en el ámbito académico, el sujeto se puede ver afectado en aspectos personales que no responden a la medicación específica para este.

Pacientes que presentan TDAH también tienen otros síntomas psicológicos que pueden incluir depresión y agresión, la terapia se puede dirigir a aspectos de funcionamiento que tal vez no respondan al tratamiento estimulante. La terapia también aborda cuestiones comunes en las personas con TDAH, como la baja autoestima y autoeficacia (Rickel, A. 2008).

El tratamiento del TDA tiene que ser multidisciplinario, para lograr un avance significativo en el desarrollo integral del sujeto, los síntomas principales del TDA, causan distintas afectaciones, en distintas áreas de desarrollo por lo que tendrá que ser un trabajo en conjunto de alumnos, padres y maestros.

## **CAPITULO 2.**

### **PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN DE TDAH/TDA**

Un programa de intervención consiste en un conjunto de acciones sistemáticas, planificadas, basadas en necesidades identificadas y orientadas a una meta específica. Por lo que; un programa de intervención psicológica para el tratamiento del TDAH, es un conjunto de acciones sistemáticas y planificadas, basadas en la necesidades específicas de un alumno identificado con TDAH dentro del ámbito escolar. El presente trabajo tiene como finalidad presentar una propuesta de intervención dentro de ámbito educativo, específicamente en el control de conducta y desarrollo académico en alumnos en edad secundaria.

A continuación se presentaran distintos programas cuyo objetivo es el tratamiento del TDAH, con el fin de analizarlos brevemente y lograr un mejor desarrollo de la propuesta de tratamiento que se hará al finalizar este trabajo.

#### **2.1 Programa de Intervención Psicopedagógica.**

Dentro del área de intervención psicopedagógica, se encontró un programa de intervención elaborado por en la Universidad de Valladolid, el cual se enfoca principalmente en capacitar a los padres de familia para brindar una adecuada intervención interdisciplinaria y entender a fondo la situación en la que se encuentran sus hijos.

#### **Contenidos**

Bloque I: Formación inicial a padres.

- TDAH
- Impulsividad
- Atención

- Hiperactividad
- Habilidades Sociales
- Comunicación
- Prevención
- Resolución de problemas interpersonales

Bloque II: Jornadas teórico-prácticas de convivencia

- Convivencia
- Respeto e Igualdad
- Cooperación
- Ocio y tiempo libre

## **Metodología**

El proyecto se desarrolla a través de diferentes bloques que contienen numerosas actividades y dinámicas que permiten trabajar los contenidos correspondientes.

Cada bloque va fundamentado, lo cual permite conocer en todo momento para qué y cómo trabajar esos contenidos.

La metodología se caracteriza por ser flexible, ya que tratará de adaptarse en la medida de lo posible a las características y necesidades de las familias.

Las actividades que se presentan son propuestas a modo de ejemplo, las cuales podrían ampliarse en una implantación real del proyecto.

El carácter lúdico de las dinámicas será nuestro cómplice para poder desarrollar otras destrezas y favorecer el aprendizaje. De la misma manera que se tendrá en cuenta el nivel evolutivo que presenta el colectivo diana al que van dirigidas estas dinámicas.

## **Principios metodológicos**

- Todas las actividades están acompañadas con la explicación necesaria para que sus participantes sepan lo que hay que hacer. En todo momento se debe estar seguro de que el niño conoce exactamente lo que esperamos de él en la actividad.
- Los objetivos de las actividades deben ser realistas, no creando falsas expectativas, evitando así sentimientos de frustración.
- Las actividades deben aumentar su grado de dificultad de forma progresiva, a medida que las habilidades que las integran son desarrolladas.
- En muchas de las dinámicas aceptaremos las respuestas que den los participantes, sin juzgar, evaluar, o condicionar sus respuestas según nuestros deseos. Por ejemplo, es mejor decir: “es una idea”, que decir “es una buena/mala idea”.
- La mayoría de las actividades están adaptadas para que se puedan realizar en el contexto familiar.
- En las dinámicas de competición no aplicaremos la eliminación nunca. La palabra perder o ganar no serán incorporadas a las instrucciones de la actividad, porque estos juegos buscan la mayor participación posible dejando a un lado la competitividad.

Se programarán tres jornadas en diferentes días:

1º Jornada: el objetivo de la primera jornada será conocer a los participantes del programa de intervención, y a sus correspondientes familias, antes de que inicien el bloque formativo. Se puede considerar una primera toma de contacto.

2º Jornada: aproximadamente se realizará a mediados del programa, para que los padres empiecen aplicar algunos de los contenidos teóricos que ya han adquirido.

3º Jornada: el objetivo de esta última jornada no sólo será despedir el programa sino la evaluación de la aplicación práctica (Crespo, 2013).

## **2.2 Intervención Educativa**

Dentro del ámbito educativo se encontró un programa elaborado por el Profesor Juan José Fernández de la Universidad de Valladolid España con el que busca convertir la preocupación de los profesores, por ofrecer la mejor educación posible, en motivación, para trabajar con estos niños, que muestran numerosas dificultades para concentrarse o controlar sus movimientos.

El programa depende del grado de colaboración entre los profesores del centro y la familia. Ambos tienen que trabajar en la misma línea, para conseguir lo antes posible, los objetivos propuestos.

Se propone un programa de intervención que permita abordar el TDAH en el contexto escolar.

### **2.2.1. Programa de Intervención Educativa.**

El plan de actuación se estructura en fases precisas iniciándose con la información y formación de padres y profesores, pasando posteriormente al trabajo directo con los alumnos. Se marcan objetivos específicos, actividades precisas para su desarrollo y los criterios metodológicos que impregnan el programa. Los materiales de intervención están basados en las cuatro primeras series del Proyecto de Inteligencia Harvard: fundamentos del razonamiento, comprensión del lenguaje, razonamiento verbal y resolución de problemas. La aplicación, inicialmente de carácter extracurricular, se compone de dos sesiones semanales.

## **1. Objetivos**

- Enseñar técnicas de autocontrol y estudio
- Potenciar el pensamiento reflexivo
- Reducir la impulsividad cognitiva y conductual
- Controlar las emociones
- Fomentar el razonamiento
- Mejorar la comprensión del lenguaje
- Desarrollar estrategias en la resolución de problemas

## **2. Actividades a desarrollar**

- Observación y clasificación
- Ordenamiento
- Descubrir relaciones
- Razonamiento espacial
- Relaciones entre palabras
- La estructura del lenguaje
- Leer para entender
- Razonamiento verbal
- Resolución de problemas
- Cálculo
- Atención y concentración
- Orientación
- Habilidades Sociales

## **3. Pautas metodológicas:**

En la realización de actividades se utiliza el modelado de conducta. El alumno debe respetar el turno de palabra en los debates, no interrumpiendo, controlando el tono, respetando la opinión de los demás, controlando la expresión de las emociones....

También es conveniente desarrollar ejercicios de autonomía para ordenar sus materiales, guardarlos después de utilizarlos o planificar el material necesario para el desarrollo de actividades. En la ejecución de actividades es conveniente comenzar por las menos atractivas, dejando para el final las más gratas en forma de recompensa.

Este trastorno interfiere negativamente en la evolución de quien lo sufre, con repercusiones de cierta gravedad en la vida académica y en sus relaciones sociales y afectivas. Los alumnos con este trastorno tienen problemas para regular su conducta, ya que pasa a la acción sin reflexión previa.

Cuando los deseos del niño no son atendidos de forma inmediata, siente gran frustración y enfado.

Asimismo, deberemos identificar los problemas que interfieren el aprendizaje para buscar soluciones.

También debemos estar atentos para proporcionar retroalimentaciones positivas buscando inicialmente actividades de fácil ejecución o con buen rendimiento para el alumno para mejorar su autoestima. Nunca debemos olvidar que las instrucciones deben ofrecerse de forma clara y sencilla, buscando la mirada del alumno y no indicándole más de dos o tres en cada ocasión.

Las actividades visuales captan mejor su atención y las ayudas gráficas son de gran valor en la resolución de problemas. También es importante buscar un ambiente relajado y sin distractores.

Por último, se delimita el tiempo para la realización de actividades, desarrollando progresivamente la autonomía en su control.

### **Estructura del Proyecto:**

#### Fundamentos del razonamiento

- |                                |                                    |
|--------------------------------|------------------------------------|
| 1. Observación y clasificación | 4. Analogías: descubrir relaciones |
| 2. Ordenamiento                | 5. Razonamiento espacial           |
| 3. Clasificación jerárquica    | Comprensión del lenguaje           |

- |   |   |
|---|---|
| 6. Relaciones entre palabras                | 11. Representaciones lineales                           |
| 7. La estructura del lenguaje               | 12. Representaciones tabulares                          |
| 8. Leer para entender                       | 13. Representación por simulación y<br>puesta en acción |
| Razonamiento verbal                         | 14. Tanteo sistemático                                  |
| 9. Aseveraciones                            |   |
| 10. Argumentos (Resolución de<br>problemas) |   |

## **5. Temporalización**

Se trata de un programa específico dirigido a alumnos previamente diagnosticados que voluntariamente quieran participar (Fernández, 2011).

Es indispensable antes de iniciar cualquier tipo de tratamiento informar a los padres de familia y en el caso de esta propuesta de intervención informar a las autoridades escolares sobre el trabajo a realizar con el alumno.

Obviamente el objetivo principal de un programa de intervención es ayudar al sujeto, en este caso al alumno, a mejorar significativamente respecto al control de sus síntomas para tener un desempeño mejor sobre las distintas áreas de su vida que se ven afectas por el TDAH.

La propuesta del programa busca que al incluir actividades lúdicas el alumno no se vea saturado y no tome las sesiones con una actitud desfavorable puesto que se llevaran a cabo dentro de la institución.



### **CAPITULO 3.**

#### **INVESTIGACIONES RELACIONADAS SOBRE EL TDAH**

El TDAH es un trastorno del cual existe mucha información actualmente debido a que es una problemática que está presente a lo largo de toda la vida del sujeto, dificultando su desempeño en las distintas áreas, actividades y ámbitos de su vida.

El tratamiento en una edad temprana es indispensable para poder así, dar la capacidad de sobre ponerse a los síntomas que este conlleva, sin embargo no en todos los casos es posible tratar a los sujetos que presenta TDAH por lo que los síntomas se acentúan sobre todo en edad escolar.

A continuación se muestra una serie de investigaciones relacionadas con el TDAH, que acerca más a un mayor entendimiento del mismo. Situaciones como, etiología, prevalencia, posibles causas y efectividad de un tratamiento temprano se mencionan nuevamente brindando una posibilidad de entendimiento mucho más amplio y preciso.

Se realizó un estudio en Islandia que demuestra el éxito de la intervención precoz en TDAH. Al respecto se explica que un retraso de dos años en la intervención se traduce en un descenso acusado en las calificaciones académicas. Así lo muestran los resultados reportados en la revista ‘Pediatrics’ basado en el análisis de 11.872 niños islandeses de entre 9 y 11 años de edad. El trabajo concluye que dicha intervención en los niños con trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad (TDAH) mejora el rendimiento escolar y evita problemas futuros. Los investigadores, que fueron coordinados desde la Facultad de Medicina de Mount Sinaí, en Nueva York, descubrieron que los niños con TDAH que fueron tratados más tarde tenían mayor probabilidad de obtener peores notas en las asignaturas de Matemáticas y Lengua.

En concreto, el estudio islandés ha demostrado que “los niños y niñas de entre 9 y 12 años tratados más precozmente presentan un menor riesgo de descenso en su rendimiento académico, particularmente en matemáticas”.

En conclusión, este estudio indica que el retraso en la detección de estos niños, en su diagnóstico y en la intervención de un médico especialista puede afectar de forma notable a su rendimiento escolar (Chávarri, 2017).

Por otro lado, se tiene que una investigación realizada por un equipo de científicos de la Universidad de Cardiff, en Gales, ha constatado por vez primera una condición genética directamente relacionada con el llamado trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH).

En su estudio, los investigadores descubrieron, en concreto, que los niños que padecen TDAH son más propicios que otros niños a tener duplicados pequeños segmentos de su ADN o a carecer de dichos fragmentos.

Por otro lado, los investigadores constataron una significativa imbricación entre dichos fragmentos de ADN, conocidos como "variantes de número de copias" (CNVs), y otras variantes genéticas relacionadas con el autismo y la esquizofrenia.

Todos estos hallazgos evidencian, según ellos, que el TDAH es un trastorno del desarrollo neurológico o, en otras palabras, que los cerebros de niños con TDAH son diferentes a los cerebros de otros niños. (cita)

Ampliando lo anterior Thapar (año), directora de la investigación mencionada, espera que la constatación de la causa genética del trastorno por déficit de atención con hiperactividad "ayude a superar el estigma social asociado al TDAH". Según declara dicha investigadora en un comunicado de la Universidad de Cardiff: "Demasiado a menudo, la gente cree que este trastorno es causa de una mala educación o de una dieta pobre. Ahora se puede afirmar con confianza que el TDAH es una enfermedad genética,

y que los cerebros de los niños que padecen esta condición se desarrollan de manera distinta”.

El trastorno por déficit de atención con hiperactividad es un trastorno muy prevalente cuya sintomatología se caracteriza por la distracción de moderada a severa, periodos de atención breve, inquietud motora, inestabilidad emocional y conductas impulsivas.

El TDAH se da con mayor frecuencia en varones que en niñas, pero su incidencia no presenta diferencias entre diversas áreas geográficas, grupos culturales o niveles socioeconómicos.

Actualmente, se estima que el TDAH afecta a entre un 5% y un 10% de la población infantil y juvenil, y que representa entre el 20% y el 40% de las consultas en los servicios de psiquiatría infanto-juvenil.

A pesar de la expansión de este trastorno, hasta ahora no se habían recopilado evidencias directas de que esta condición fuera genética, y existía una gran controversia sobre sus causas.

En ese mismo estudio, la autora y colaboradores analizaron el genoma de un total de 366 niños, todos ellos diagnosticados clínicamente con TDAH, en comparación con otras 1.000 muestras de control, para tratar de establecer qué variaciones en la constitución genética eran las más comunes en niños con TDAH.

De esta forma, se descubrió que los niños con este trastorno presentan una tasa significativamente mayor de segmentos de ADN duplicados o ausentes, en comparación con otros niños.

Los científicos constataron, concretamente, que los CNVs atípicos eran casi el doble de comunes en niños con TDAH que en la muestra de control, e incluso más del doble de comunes en el caso de niños con dificultades de aprendizaje.

Asimismo, el análisis permitió establecer una clara relación genética entre las variaciones en la presencia o ausencia los segmentos CNVs relacionados con el TDAH y otros trastornos cerebrales.

Por último, también se constató una relación significativa entre los CNVs identificados en niños con TDAH y regiones del genoma que se sabe influyen en la susceptibilidad al autismo y a la esquizofrenia.

### **Evaluación clínica rigurosa**

La imbricación genética más importante fue descubierta en una región particular del cromosoma 16 que había sido vinculada anteriormente con la esquizofrenia y otros trastornos psiquiátricos severos, y que abarca a una serie de genes entre los que se encuentra uno que juega un papel clave en el desarrollo del cerebro.

En lo que se refiere a la relación entre el autismo y el TDAH, los investigadores explican que, aunque estos dos trastornos se dan por separado completamente, lo cierto es que existen ciertas concomitancias entre ellos en lo que a sintomatología y dificultades de aprendizaje se refiere.

La investigación sugiere que dichas concomitancias podrían explicarse desde el punto de vista genético y que, por tanto, habría una base biológica compartida por ambas condiciones.

Todos estos descubrimientos ayudarán a entender los cambios cerebrales que provocan el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, explican los científicos.

De momento, se puede afirmar que el TDAH no se produce por un cambio genético sencillo, sino que más bien es consecuencia de diversos cambios genéticos, incluyendo los cambios en los CNVs fruto de la relación del niño con su entorno.

Los investigadores afirman, asimismo, que el conocimiento de las diferencias genéticas constatadas permitirá diagnosticar el TDAH, a partir del análisis de los CNVs identificados. Esto supone contar con una herramienta de evaluación clínica rigurosa de este trastorno.

### **Contaminación y TDAH**

Anteriormente, el TDAH había sido relacionado con otras causas. En 2009, por ejemplo, científicos coreanos estudiaron la vinculación del trastorno por déficit de atención con hiperactividad con la concentración de ftalatos (compuestos químicos de uso muy extendido, presentes en muchos productos del mercado, como juguetes, productos de limpieza, plásticos y cosméticos) en la orina de niños.

Entonces comprobaron que, cuanto más altos eran los niveles de estos compuestos en la orina de los pequeños, mayores síntomas presentaban éstos de hiperactividad.

Por otra parte, hace unos años, la organización WWF advirtió de la peligrosidad para el desarrollo cerebral de los niños europeos de los productos químicos que componen los elementos de nuestra vida cotidiana. Los científicos demostraron en un informe que ciertos rasgos como el autismo, la hiperactividad o la incapacidad de concentración aumentan año tras año en los niños, como consecuencia de su exposición a estos elementos (Martínez, 2017).

## **MÉTODO**

### **1. Objetivo General**

Elaborar un programa de intervención para adolescentes diagnosticados con Trastorno de Déficit Atencional dentro del salón de clases, para favorecer mejor desempeño y aprendizaje, en una escuela secundaria.

### **2. Planteamiento del Problema**

El Trastorno de Déficit Atencional (TDA), Trastorno Hipercinético o Síndrome de Déficit Atencional, es un trastorno de inicio temprano, que surge en los primeros 7 años de la niñez y se caracteriza por un comportamiento generalizado que presenta dificultades de atención (inatención o desatención), impulsividad y, en algunos casos, hiperactividad. (Burgueño, X. 2009) Este trastorno, produce en los sujetos dificultad para mantener atención en clase, lo cual les dificulta tener un buen desempeño dentro del aula, generando un clima poco favorable en el grupo.

Este comportamiento se da en más de un contexto o situación (hogar, escuela u otro) y afecta a los niños y niñas en sus relaciones con su entorno familiar, social y educativo evidenciándose con mayor claridad cuando inician su experiencia educativa formal. (Burgueño, X. 2009) Debido a estas dificultades que los alumnos presentan, no solo afectan su desempeño en clase, si no que a su vez, detienen el avance del grupo en general, ya que se requiere prestar más atención en estos alumnos dejando de lado las necesidades que el resto de alumnos podrían tener.

Entre otras cosas, el autoestima de los alumnos con déficit de atención se ve afectado, debido a las bajas calificaciones y a las consecuencias que estas traen consigo, ya que se pueden ver segmentados del grupo, en actividades académicas que requieran de

trabajo en equipo, además de ser sujeto de distinciones que, voluntaria o involuntariamente los maestros y compañeros emiten sobre ellos.

La incidencia estimada del TDA en la población general, es aproximadamente del 3 al 5% de los niños en edad escolar.

Se ha de tener en cuenta que la incidencia de cualquier trastorno varía en función a distintas circunstancias: entre ellas se encuentra el tipo de población que se toma como referencia, el criterio diagnóstico y los instrumentos de medida que se usan.

Los estudios realizados sobre el tema, revelan una mayor incidencia del trastorno en los niños que en las niñas, con un porcentaje de 4 a 1. Las niñas suelen tener menos conductas agresivas/impulsivas que los niños, apareciendo en ellas, los déficits de atención y los problemas cognitivos como síntomas más frecuentes. (Sabáte,T.)

Las necesidades inmediatas que los alumnos presentan dentro de la institución son: lograr el mínimo aprendizaje requerido para el grado en el que se encuentran, incrementar su promedio, evitar exámenes extraordinarios y lograr la promoción al siguiente nivel.

Todo lo anterior, permite plantear la siguiente pregunta de investigación:

¿Qué características tendrá un programa de intervención en alumnos diagnosticados con TDA, para mejorar el desarrollo académico y personal en una escuela secundaria?

### **3. Tipo de Estudio**

Se trabajará con un estudio observacional, el cual se sustenta en el uso de técnicas que permiten al investigador adquirir información por medio de la observación directa y el registro de fenómenos pero sin ejercer ninguna intervención (Müggenburg y Pérez, 2007).

Se trata de un estudio de este tipo ya que a partir de dicha observación se diseñará la propuesta de un programa de intervención.

#### **4. Definición de Variable**

##### **V1. TDAH**

##### **Definición Conceptual**

El Trastorno de Déficit Atencional (TDA), es un trastorno de inicio temprano, que surge en los primeros 7 años de la niñez y se caracteriza por un comportamiento generalizado que presenta dificultades de atención (inatención o desatención), impulsividad y, en algunos casos, hiperactividad. Este comportamiento se da en más de un contexto o situación (hogar, escuela u otro) y afecta a los niños y niñas en sus relaciones con su entorno familiar, social y educativo evidenciándose con mayor claridad cuando inician su experiencia educativa formal: la incorporación al establecimiento escolar. (Burgueño, X. 2009)

##### **Definición Operacional**

Será evaluada a través los comportamientos observados en los alumnos, así como del reporte de los docentes que les imparten clases.

#### **5. Hipótesis**

Dadas las características del estudio no se planteó hipótesis, solo se trabajó con la pregunta de investigación.



## **6. Población y Muestra**

La población está conformada por 530 alumnos de la escuela Secundaria Oficial No. 0591 Lic. “Ignacio Manuel Altamirano”, con edades entre los 11 y 15 años de edad, de ambos géneros.

La muestra de observación, estuvo conformada por estudiantes de ambos géneros de una escuela secundaria, con edades de 13 años, quienes fueron reportados con TDAH. Para ello se trabajó con un muestreo no probabilístico, el cual se refiere a un proceso de indagación a partir de un examen sistemático y a profundidad de un fenómeno entendiendo estos como entidades educativas únicas, así como una muestra de sujetos fáciles de estudiar (Otzen, T. 2017).

## **7. Instrumento**

Se utilizó el registro que se realiza al inicio del ciclo escolar, en el cual se reporta alguna condición médica o psicológica de los estudiantes, así como el reporte verbal de los docentes para la identificación de los sujetos con TDAH.

Se estructuró el programa propuesto, mismo que se detalla en el apartado de resultados.

## **8. Diseño de la Investigación**

Se utilizó un diseño Transversal, el cual es observacional y permite que se mida a la vez la prevalencia de la exposición y del efecto en una muestra poblacional en un solo momento temporal; es decir, permite estimar la magnitud y distribución de una enfermedad o condición en un momento dado. Dicho diseño se llevará a cabo en los siguientes pasos (cita):

1. Elección del tema a investigar.
2. Revisión de literatura sobre el tema.

3. Elaboración del método para la investigación.
4. Estructuración del marco teórico
5. Desarrollo del programa.
6. Realizar 1ra. Evaluación a los sujetos que participarán en el estudio.
7. Implementación del programa con los alumnos identificados con TDAH.
8. Evaluación final de conductas en los alumnos.
9. Elaboración del borrador de tesis.

## **9. Captura de la información**

1. Solicitar autorización para la realización de la investigación.
2. Aplicación individual y calificación del Cuestionario de Conners.
3. Aplicación del programa de manera individual.
4. Reaplicación del cuestionario de Conners.
5. Elaborar base de datos para realizar el análisis correspondiente.

## **10. Procesamiento de la información**

El análisis de la información obtenida se llevará a cabo en una tabla de registro donde se registrará la frecuencia de las conductas y resultados deseados y las que no son esperadas.

Estadística descriptiva: La estadística descriptiva es la rama de las Matemáticas que recolecta, presenta y caracteriza un conjunto de datos con el fin de describir apropiadamente las diversas características de ese conjunto ([http://www.fca.unam.mx/docs/apuntes\\_matematicas/34.%20Estadistica%20Descriptiva.pdf](http://www.fca.unam.mx/docs/apuntes_matematicas/34.%20Estadistica%20Descriptiva.pdf)).

## **RESULTADOS**

### **Propuesta de Programa de Intervención en Alumnos con TDAH**

#### **Introducción.**

Este proyecto de intervención aquí presentado, pretende ser de ayuda y tratamiento para los alumnos que hayan sido previamente diagnosticados con TDAH, dentro de la Secundaria Ignacio Manuel Altamirano.

Este proyecto será dirigido por el Orientador técnico a cargo del alumno identificado con TDAH y está diseñado para trabajar en las horas destinadas para Tutoría y de ese modo no afectar o interrumpir el desarrollo académico del alumno.

Para iniciar el programa adecuadamente es necesario informar a las autoridades escolares respecto al tipo y plan de trabajo que se tiene para el alumno previamente identificado, así como informar a los profesores del grupo al que el alumno pertenece para que tomen las medidas necesarias respecto al trato y evaluación que se le hará al alumno.

Posteriormente se realizara una entrevista inicial con los padres del alumno y se les informara el trabajo que se realizara con su hijo, los posibles avances y beneficios que pueden obtenerse después de la aplicación de tratamiento. El beneficio principal que se busca obtener con este tratamiento es mejorar el desarrollo académico del alumno así como evitar el rezago escolar, no obstante obtener un mejor desempeño en el área personal y familiar, y de este modo evitar las distintas consecuencias a las que está expuesto.

Este programa está integrado mayormente por actividades lúdicas que favorezcan el desarrollo de la atención y el reforzamiento del control de impulsos, con el objetivo de evitar saturar al alumno puesto que el trabajo será dentro del centro escolar.

Las actividades están planeadas en 21 sesiones que van desde el encuadre con padres de familia hasta la evaluación final del alumno con el fin de verificar el avance obtenido durante la duración del tratamiento.

### **Contexto**

Este programa está diseñado para llevarse a cabo dentro de la Secundaria Oficial No. 0519 Ignacio Manuel Altamirano durante el ciclo escolar para el tratamiento del TDAH.

### **Destinatarios**

Los principales destinatarios son los alumnos en edades de 12 a 15 años que estén cursando cualquier grado de educación secundaria, diagnosticados con TDAH. Las actividades están pensadas para ayudar a los alumnos en nivel secundaria a desarrollar las habilidades necesarias para poder obtener el mejor desarrollo posible y evitar el rezago escolar.

### **Justificación**

Durante el desarrollo académico del alumno con TDAH, muchas dificultades se hacen presentes, incluyendo desde un diagnóstico tardío, hasta la discriminación por parte de familia, profesores y compañeros de clase.

Esto, aunado a los cambios presentes en edad secundaria, genera una muy amplia gama de problemas que pueden desencadenar en un bajo aprovechamiento escolar y rezago escolar.

Por lo tanto un programa de intervención para TDAH plantea una gran ayuda para optimizar el aprovechamiento y desarrollo escolar del alumno, así como fortalecer sus habilidades personales.

### **Objetivo**

Brindar al alumno las herramientas necesarias para obtener un óptimo desarrollo académico para poder evitar el rezago escolar.

### **Ejercicios**

1. Narración de un cuento escuchado con anterioridad.
2. Reproducción de figuras vistas con anterioridad.
3. Copiar lecturas en su cuaderno.
4. Solución de operaciones básicas.
5. Lectura de comprensión.
6. Identificar una serie de objetos en una fotografía.
7. Ordenar alfabéticamente una lista de palabras.
8. Seguir secuencias de dibujos.
9. Planteamiento de problemas para soluciones verbales.
10. Corregir pequeños errores en textos.
11. Juego de memoria.
12. Resolver laberintos.
13. Juego “UNO”.
14. Mapas.
15. Efecto “Stroop”
16. Juegos de similitud.
17. Juegos de estrategia.
18. Encontrar las diferencias.
19. Sopa de letras.
20. Actividad física.

## **1.- Narración de un cuento escuchado con anterioridad.**

Este ejercicio pretende que el niño escuche con atención una narración previamente preparada, para que posteriormente pueda relatar el cuento con sus palabras. Con el objetivo de trabajar atención, memoria y el control de impulsos.

Al inicio del trabajo los cuentos deberán ser sencillos para facilitar captar la atención del sujeto, serán preferentemente cortos y de interés para él. Se puede tomar cualquier tipo de relatos cortos, tales como cuentos cortos, fábulas, descripciones, historias inventadas, chistes, etc.

De igual manera se tendrán preparadas una serie de preguntas sencillas, que tendrán que ser contestadas de manera adecuada para poder seguir con la sesión. Conforme se vaya avanzando se formularan preguntas más complejas, cuya respuesta sea más larga por lo que tendrá que involucrarse más en la escucha, enfocar más su atención y por lo tanto mantenerse más tiempo en calma para no perder detalles.

### **Objetivos:**

- Que el sujeto enfoque su atención durante un periodo de tiempo controlado.
- Que el sujeto narre lo mejor posible la historia que se le acaba de relatar.
- Que logre mantener el control hasta el término del ejercicio.
- Lograr que el tiempo que el sujeto logre mantener enfocada su atención, sea cada vez mayor.
- Que la atención prestada sea efectiva (que no solo se mantenga en calma y realice el ejercicio lo mejor posible).

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Las lecturas a realizar deberán ser del interés del sujeto.

- Se tiene que realizar a una velocidad adecuada para evitar que el sujeto se confunda o pierda el interés.
- Mantener una pronunciación correcta.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Las preguntas a realizar, deben estar previamente formuladas, para evitar entorpecer el ritmo de trabajo.
- Se pueden realizar preguntas como: ¿quién es el personaje principal?, ¿de qué trata la historia?, ¿cuál fue la parte que más te gusto? Etc.
- Durante las primeras sesiones se le puede sugerir la posible respuesta, para evitar la frustración.

### **Instrucciones**

1. Con voz firme y calmada se le pedirá al sujeto que tome asiento y se le explicara qué es lo que van a realizar.
  - a. A continuación realizare la lectura, (contarte un cuento, historia, contar un chiste, etc.) que tendrás que escuchar con atención).
  - b. Cuando la historia termine quiero que me la cuentes lo mejor que puedas utilizando tus palabras.
  - c. Para terminar te haré un par de preguntas, respecto a la lectura.
2. Comenzar la lectura con buena pronunciación y detenerse si es necesario. (en caso de notar distracción, llamar su atención nuevamente y pedirle que se mantenga enfocado en el ejercicio).
3. Al terminar la lectura, pedirle al sujeto que comience a relatar lo que entendió de la lectura; en caso de ser necesario ayudarlo a comenzar su respuesta o en caso de titubear en alguna parte de la respuesta sugerir la continuación.

**Materiales:**

- a) Libros.
- b) Cuentos.
- c) Relatos preparados.
- d) Lista de preguntas.

**2. Reproducción de figuras vistas con anterioridad.**

Con este ejercicio se trabajara la atención y la memoria. Se le mostraran al sujeto una serie de figuras geométricas que posteriormente tendrá que reproducir en una hoja que se le proporcionara previamente.

Al inicio de este ejercicio las figuras a realizar serán figuras simples, tales como círculos, cuadrados, triángulos, es decir figuras que conozca y que sean de su dominio, con el fin de no presentarle un ejercicio intimidante y que logre hacerlo de la mejor manera posible y confiada.

Las figuras se le presentaran en series de 5. Posteriormente el número de figuras y la complejidad e estas ira en aumento conforme las sesiones avancen.

Para comenzar, las figuras podrán ser dibujadas en desorden (sobre todo en las sesiones en las cuales las figuras aumenten), posteriormente se pedirá que realice las figuras en el orden presentado.

**Objetivos:**

- Que el sujeto logre prestar atención a las figuras presentadas.
- Que logre recordar que figuras le fueron mostradas.
- Lograr seguir la secuencia que se le muestra.



- Recordar adecuadamente las figuras mostradas, número de lados, características etc.
- Que el sujeto logre mantenerse en calma durante la realización del ejercicio.

**Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras para evitar que el sujeto se confunda.
- La cantidad de figuras a reproducir debe ser baja para no intimidar al sujeto.
- Las figuras iniciales deben de ser figuras básicas, del dominio del sujeto.
- Ser flexible durante las primeras sesiones respecto a orden, tamaño y posibles detalles de ejecución.
- Motivar el avance del sujeto.
- Brindar ayuda si es necesario, insinuando posibles errores.
- Al terminar el ejercicio señalar los errores, motivándolo a esforzarse más en la siguiente sesión.
- Al avanzar en las sesiones y el desempeño del sujeto, cambiar el número de figuras y la complejidad de las mismas.

**Instrucciones:**

1. Con voz firme y calmada se le pedirá al sujeto que tome asiento y se le explicara qué es lo que van a realizar.
  - a. A continuación te voy a mostrar una serie de figuras, que tendrás que reproducir en la hoja que te daré (se tendrá que aclarar que serán figuras sencillas que él conoce)
  - b. Observa con atención cada una de ellas, fijate en el número de lados, el tamaño, el color y si es posible, trata de recordar el orden en el que te las voy a mostrar.
  - c. Para terminar, revisaremos las figuras y el orden en el que las mostré, para poder observar tu avance.

2. Comenzar a mostrarle las figuras en intervalos de 30 segundos (en caso de notar distracción, llamar su atención nuevamente y pedirle que se mantenga enfocado en el ejercicio), el tiempo irá en aumento según la complejidad de la figura y la cantidad.
3. Comentarle que si es necesario se le pueden mostrar de nuevo antes de comenzar a trabajar con el papel.
4. Revisar las figuras dibujadas y comentar los resultados.
5. Una vez retirada la hoja, se le harán preguntas sobre el trabajo realizado.

**Materiales:**

- a) Imágenes de figuras geométricas.
- b) Hojas.
- c) Lápices.
- d) Colores.

**3. Copiar lecturas en el cuaderno.**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre mantener su atención enfocada en copiar exactamente una lectura, o fracción de la misma, previamente seleccionada. Así como mantener la calma para lograr su correcta reproducción.

Las lecturas seleccionadas tendrán que ser de lenguaje sencillo y de preferencia cortas para evitar que el sujeto tome la actividad de manera negativa. Se le aclarará que tiene que estar concentrado en la actividad, ya que se le revisará ortografía, acentos y signos de puntuación.

La copia de la lectura favorecerá a la retención de información y el tiempo empeñado en ella le ayudara a mantenerse en calma para estar concentrado en la tarea. De igual manera favorecerá a ayudarlo a retener la información, de manera que tendrá efecto en el desarrollo académico.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una tarea escolar.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a las reglas gramaticales y signos de puntuación.
- Que logre entender lo que está copiando.
- Recordar el contenido de la lectura.
- Poder relatar la lectura después de copiarla.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Las lecturas tienen que ser cortas y de lenguaje sencillo.
- Las lecturas serán del interés del sujeto.
- Las lecturas a copiar deberán ser del interés del sujeto.
- Al avanzar en las sesiones el lenguaje utilizado podrá ser más complicado.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Se pueden realizar preguntas como: ¿quién es el personaje principal?, ¿de qué trata la historia?, ¿cuál fue la parte que más te gusto? Etc.
- Las preguntas a realizar, deben estar previamente formuladas, para evitar entorpecer el ritmo de trabajo.

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.

- a) Aquí tengo una lectura que copiaras en tu cuaderno (es importante señalar que son lecturas cortas para evitar que el sujeto tome con tedio la actividad).
  - b) Deberás poner atención en la ortografía, los signos de puntuación y la calidad de letra.
  - c) Para terminar revisaremos tu copia para identificar errores y posteriormente observar tu avance.
2. Comenzar con lecturas cortas, del interés del sujeto preferentemente y de lenguaje sencillo, que posteriormente será más complejo.
  3. Hacerle saber que cuenta con el tiempo necesario para realizar la copia correctamente, para evitar frustración.
  4. Revisar la copia y hacerle notar sus errores y motivar sus logros.
  5. Una vez terminado el ejercicio, se le realizaran algunas preguntas sobre la lectura.

**Materiales:**

1. Lecturas
2. Cuaderno
3. Lápices o plumas

**4. Solución de operaciones básicas.**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto es que logre mantener su atención en la solución de operaciones matemáticas básicas para obtener el resultado correcto.

Las operaciones matemáticas, serán implementadas de acuerdo al nivel educativo del sujeto, podrán ser sumas, restas, divisiones, multiplicaciones, con o sin punto decimal, que irán subiendo de dificultad conforme el avance del mismo, de igual manera, se le

mostrarán en diferentes presentaciones para que pueda hacer frente a las exigencias escolares.

La solución de operaciones básicas le permitirá al sujeto acceder a un nivel de concentración mayor, lo cual le permitirá un mejor desarrollo en sus actividades escolares.

**Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una tarea escolar.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a las reglas matemáticas.
- Que logre resolver problemas matemáticos con mayor facilidad.
- Recordar reglas matemáticas.
- Poder recordar el procedimiento de solución de problemas.

**Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Las operaciones serán sencillas al inicio de las sesiones.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Las operaciones deberán ser adecuadas al nivel académico del sujeto.
- Al avanzar en las sesiones las operaciones a resolver deberán ser más complejas.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraer.
- Se realizarán revisiones en conjunto y se deberá reconocer el avance del sujeto.
- Las operaciones a resolver deberán estar previamente planeadas para ahorrar tiempo en la sesión.

## **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a. Aquí tengo una serie de operaciones que deberás resolver adecuadamente.
  - b. Deberás poner atención en la solución para evitar la mayor cantidad de errores posibles.
  - c. Recuerda prestar atención a las reglas matemáticas, para realizar el ejercicio adecuadamente.
  - d. Para terminar daremos revisión a tu trabajo para poder corregir si es necesario.
2. Comenzar con operaciones básicas (sumas, restas, multiplicaciones y/o divisiones), posteriormente el nivel de las operaciones será mayor para propiciar el desarrollo académico del sujeto.
3. Hacerle saber que cuenta con el tiempo necesario para resolver las operaciones.
4. Revisar los resultados y hacerle notar sus errores y motivar sus logros.

## **Materiales:**

1. Operaciones previamente hechas y resueltas.
2. Cuaderno u hojas.
3. Lápices o plumas.
4. Goma.

## **5. Lectura de comprensión.**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto es que logre enfocar su atención en dar lectura adecuada a instrucciones, preguntas, notas, artículos escolares para que pueda

realizar adecuadamente tareas escolares, solución de exámenes y mayor comprensión a las lecturas realizadas en clase.

Las lecturas a realizar, preferentemente serán tomadas de los libros de texto del sujeto, para que el nivel y lenguaje sea de su dominio, de tal manera que se le dará una oportunidad más para comprender los temas escolares.

La lectura en voz alta ayudara al sujeto a desarrollar más sus habilidades de atención y concentración.

**Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una tarea escolar.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a las reglas gramaticales, pronunciación y entonación.
- Que logre realizar una lectura clara, fluida y con el máximo nivel de comprensión.
- Recordar la temática tratada en la lectura.
- Poder contestar preguntas respecto a la lectura.

**Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Las lecturas deberán ser de lenguaje sencillo.
- Las lecturas deberán ser adecuadas al nivel académico del sujeto.
- Al avanzar en las sesiones las lecturas serán de lenguaje más complejo y preferentemente de temática escolar.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Realizar la lectura si es necesario para que el sujeto tome confianza.
- Se deberá reconocer el avance del sujeto.
- Las lecturas deberán estar previamente seleccionadas para ahorrar tiempo en la sesión.

## **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a. Te daré una lectura que leeremos en voz alta, comenzaremos juntos, pero después de un tiempo continuarás tú solo.
  - b. No dudes en preguntarme si hay palabras que no conozcas o te sea difícil pronunciar.
  - c. Deberás poner atención en la solución para evitar la mayor cantidad de errores posibles.
  - d. Recuerda prestar atención a las reglas de pronunciación, para realizar la lectura adecuadamente.
  - e. Para terminar te haré algunas preguntas para saber lo que entendiste de la lectura.
2. Comenzar con lecturas cortas, del interés del sujeto preferentemente y de lenguaje sencillo, que posteriormente será más complejo.
3. Hacerle saber que cuenta con el tiempo necesario para realizar la copia correctamente, para evitar frustración.
4. Hacerle notar sus errores y motivar sus logros.
5. Una vez terminado el ejercicio, se le realizarán algunas preguntas sobre la lectura.

## **Materiales:**

1. Lecturas
2. Libros.
3. Libros de texto.



## **6. Identificar una serie de objetos en una fotografía.**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto es que logre enfocar su atención para encontrar una serie de objetos previamente seleccionados en una imagen que contenga una gran cantidad de objetos diferentes dispersos en la misma.

Los objetos deberán ser comunes o cotidianos que el sujeto conozca para facilitar un poco la tarea, se podrá establecer un tiempo límite determinado conforme el sujeto avance, así como la cantidad de objetos a identificar. En las sesiones iniciales se le darán listas cortas de objetos comunes y preferentemente fáciles de encontrar. Posteriormente se le podrá decir al sujeto una lista corta de objetos para recordar e identificar.

La búsqueda de los objetos ayudara al sujeto a centrar su atención en una tarea determinada y a desarrollar su concentración.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una tarea escolar.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Enfocar su atención para localizar diferentes formas dentro de un espacio determinado.
- Lograr identificar cualidades de los objetos a encontrar.
- Recordar formas y utilidades del objeto.
- Poder encontrar las imágenes sin ayuda de una lista de apoyo.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Las imágenes deberán ser fáciles de identificar para al nivel el sujeto.
- Al avanzar en las sesiones el número de imágenes aumentará.

- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Se realizarán revisiones en conjunto y se deberá reconocer el avance del sujeto.
- Las imágenes a encontrar deberán estar previamente seleccionadas para ahorrar tiempo en la sesión.

## **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a. Aquí tengo una imagen que a su vez contiene un gran número de pequeñas imágenes que tendrás que identificar en un tiempo determinado.
  - b. Deberás poner atención en el ejercicio para localizar la mayor cantidad de imágenes.
  - c. Intenta recordar la mayor cantidad de objetos para que no tengas que ver el listado tantas veces.
  - d. Para terminar contaremos cuantas imágenes lograste identificar.
2. Comenzar con imágenes comunes y fáciles de identificar.
3. Hacerle saber que cuenta con el tiempo suficiente para identificar la totalidad de imágenes.
4. Contar junto con el sujeto las imágenes identificadas y motivar sus avances.
5. Una vez terminado el ejercicio, se le realizarán preguntas sobre la lista de objetos y sobre los objetos cercanos.

## **Materiales.**

1. Imagen donde se localizarán los objetos.
2. Lista de objetos previamente seleccionados.

## **7. Ordenar alfabéticamente una lista de palabras**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto es que logre mejorar su capacidad de concentración y ponga en práctica las reglas gramaticales, ordenando de manera alfabéticamente una lista de palabras, previamente seleccionadas.

Las palabras a ordenar serán de uso común para el sujeto y de lenguaje sencillo así como apellidos, objetos de uso doméstico animales etc. Posteriormente podrán tomarse palabras de uso escolar o de lenguaje más complejo. Al avanzar en las sesiones podrán omitirse acentos, se introducirán palabras con errores ortográficos para así poder identificar el avance del sujeto.

Este ejercicio brindará al sujeto capacidad de análisis, concentración, así como hacer uso de su memoria.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una tarea escolar.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Recordar reglas gramaticales.
- Hacer uso de memoria y razonamiento.
- Identificar errores ortográficos.
- Poder recordar las palabras de la lista.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Las palabras serán de uso cotidiano para el sujeto.
- Al avanzar en las sesiones se incluirán errores ortográficos.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.

- Se realizarán revisiones en conjunto y se deberá reconocer el avance del sujeto.
- La lista de palabras deberá estar previamente elaborada para ahorrar tiempo.

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a. En este listado se encuentra una serie de palabras que tendrás que ordenar alfabéticamente.
  - b. Deberás poner prestar atención en el ejercicio y realizarlo con calma para realizar el ejercicio adecuadamente.
  - c. Trata de recordar las reglas gramaticales y observa si las palabras están escritas correctamente.
  - d. Al finalizar revisaremos los resultados y corregiremos si es necesario.
2. Comenzar con palabras sencillas y fáciles de ordenar.
3. Hacerle saber que cuenta con el tiempo suficiente para ordenar el listado completo de palabras.
4. Revisar el ejercicio terminado y motivar sus avances.
5. Hacer correcciones si es necesario.
6. Una vez terminado el ejercicio, se le pueden realizar preguntas sobre las palabras que ordenó.

### **Materiales.**

1. Lista de palabras.
2. Hojas o libreta.

3. Lápiz o pluma.

## **8. Seguir una secuencia de dibujos**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre enfocar su atención en una serie de imágenes o escenas que se le presentarán en secuencia con el propósito de que logre recordarlas u ordenarlas según la secuencia inicial.

Las secuencias a seguir podrán ser dibujos, escenas, figuras en movimiento etc., con el fin de captar la atención del sujeto, las imágenes tendrán que ser llamativas y dinámicas con el fin de interesar al sujeto. Se le podrán mostrar de manera ordenada, en desorden, con alguna imagen o escena faltante, que tendrá que solucionar para realizar adecuadamente el ejercicio.

Este ejercicio brindará al sujeto capacidad de análisis, concentración, así como hacer uso de su memoria.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una tarea escolar.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a los detalles.
- Hacer uso de memoria y razonamiento.
- Identificar escenas o movimientos faltantes.
- Recordar el orden correcto en el que las imágenes fueron mostradas.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Las escenas o dibujos deberán ser llamativos para el sujeto.

- Al avanzar en las sesiones pueden incluirse más imágenes en las secuencias. Así como aumentar la dificultad de las mismas.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar en conjunto los resultados obtenidos.
- La secuencias de imágenes deberán estar previamente planeadas

## **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) Te voy a mostrar una serie de imágenes, para que me ayudes a colocarlas en orden.
  - b) Deberás prestar atención a las imágenes para realizar el ejercicio adecuadamente.
  - c) Trata de enfocarte en los detalles para ubicarlas de la mejor manera posible.
  - d) Al finalizar revisaremos los resultados y corregiremos si es necesario.
2. Comenzar con imágenes simples, con pocos elementos para facilitar el ejercicio.
3. Hacerle saber que cuenta con el tiempo suficiente para realizar el ejercicio adecuadamente.
4. Revisar el ejercicio terminado y motivar sus avances.
5. Hacer correcciones si es necesario.
6. Una vez terminado el ejercicio, se le pueden realizar preguntas sobre las imágenes que ordenó.

## **Materiales.**

1. Secuencias de imágenes previamente seleccionadas.

## **9. Seguir una secuencia de dibujos**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre enfocar su atención en una serie de imágenes o escenas que se le presentarán en secuencia con el propósito de que logre recordarlas u ordenarlas según la secuencia inicial.

Las secuencias a seguir podrán ser dibujos, escenas, figuras en movimiento etc., con el fin de captar la atención del sujeto, las imágenes tendrán que ser llamativas y dinámicas con el fin de interesar al sujeto. Se le podrán mostrar de manera ordenada, en desorden, con alguna imagen o escena faltante, que tendrá que solucionar para realizar adecuadamente el ejercicio.

Este ejercicio brindará al sujeto capacidad de análisis, concentración, así como hacer uso de su memoria.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una tarea escolar.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a los detalles.
- Hacer uso de memoria y razonamiento.
- Identificar escenas o movimientos faltantes.
- Recordar el orden correcto en el que las imágenes fueron mostradas.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.

- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Las escenas o dibujos deberán ser llamativos para el sujeto.
- Al avanzar en las sesiones pueden incluirse más imágenes en las secuencias. Así como aumentar la dificultad de las mismas.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar en conjunto los resultados obtenidos.
- La secuencias de imágenes deberán estar previamente planeadas

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) Te voy a mostrar una serie de imágenes, para que me ayudes a colocarlas en orden.
  - b) Deberás prestar atención a las imágenes para realizar el ejercicio adecuadamente.
  - c) Trata de enfocarte en los detalles para ubicarlas de la mejor manera posible.
  - d) Al finalizar revisaremos los resultados y corregiremos si es necesario.
2. Comenzar con imágenes simples, con pocos elementos para facilitar el ejercicio.
3. Hacerle saber que cuenta con el tiempo suficiente para realizar el ejercicio adecuadamente.
4. Revisar el ejercicio terminado y motivar sus avances.
5. Hacer correcciones si es necesario.
6. Una vez terminado el ejercicio, se le pueden realizar preguntas sobre las imágenes que ordenó.



## **Materiales.**

1. Secuencias de imágenes previamente seleccionadas.

## **10. Corregir errores en textos**

Este ejercicio tiene como objetivo lograr que el alumno preste atención a los detalles y se concentre en una lectura escolar logrando así comprender mejor el tema expuesto en ella. De igual manera se reforzará la lectura y se logrará que el alumno mantenga la calma en el salón de clases.

Los textos a corregir deberán ser cortos y de lenguaje sencillo para que el sujeto logre comprender con facilidad, al inicio de las sesiones los errores a corregir deberán ser evidentes, hasta obvios para evitar que el sujeto muestre frustración ante el ejercicio.

Este ejercicio brindará al sujeto capacidad de análisis, concentración, así como hacer uso de las reglas gramaticales.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una tarea escolar.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a los detalles.
- Hacer uso su razonamiento.
- Identificar errores ortográficos o de redacción dentro del texto.
- Recordar el tema del texto corregido.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.

- Los textos deberán ser interesantes para el alumno.
- Al avanzar en las sesiones los textos serán más grandes y de lenguaje más complejo.
- Al avanzar las sesiones los errores a corregir será más sutiles para lograr que el alumno preste más atención al ejercicio.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar en conjunto los resultados obtenidos.
- Los textos deberán estar previamente seleccionados.

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) Te voy a dar un pequeño texto que contiene pequeños errores ortográficos que tendrás que identificar y corregir.
  - b) Deberás prestar atención al texto y a las palabras para identificar si está bien escrito.
  - c) Trata de enfocarte en los acentos, signos de puntuación y redacción del texto.
  - d) Al finalizar revisaremos los resultados y corregiremos si es necesario.
2. Comenzar con textos simples para lograr que el sujeto no caiga en frustración.
3. Hacerle saber que cuenta con el tiempo suficiente para realizar el ejercicio adecuadamente.
4. Revisar el ejercicio terminado y motivar sus avances.
5. Hacer correcciones si es necesario.

6. Una vez terminado el ejercicio, se le pueden realizar preguntas sobre el contenido del texto.

### **Materiales.**

- Textos previamente seleccionados.
- Libreta u hojas de papel.
- Lápiz o pluma.

### **11. Juego de memoria**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre enfocar su atención, concentración y memoria en el juego llamado “memorama” o “memoria”, el cual consta de encontrar tarjetas con imágenes iguales dentro de una serie de tarjetas que por el reverso son iguales.

Se le pedirá al alumno que trate de encontrar el mayor número de pares en el menor tiempo posible, para desarrollar sus habilidades de concentración y memoria.

El juego podrá llevarse a cabo dentro del salón de clases o en sesión con el terapeuta, donde podrán participar 2 o más alumnos, donde la concentración del sujeto tendrá que ser mayor para lograr ganar si es posible.

Este ejercicio ayudará al alumno a enfocar su atención y desarrollar su memoria mediante un ambiente competitivo.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad grupal que requiera atención.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.

- Prestar atención a los detalles.
- Hacer uso de memoria.
- Identificar las diferentes imágenes contenidas en el juego.
- Recordar el orden correcto en el que fue encontrando los pares, sin necesidad de verlos.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Al avanzar en las sesiones pueden incluirse más imágenes e introducir al ejercicio a compañeros para hacer más rápida su reacción.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar en conjunto los resultados del ejercicio.
- Los materiales deben ser planeados con antelación.

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) Vamos a jugar memorama, trata de encontrar el mayor número de parejas antes de que el tiempo se termine.
  - b) Deberás prestar atención a las imágenes para realizar el ejercicio adecuadamente.
  - c) Trata de enfocarte en los detalles para ubicarlas de la mejor manera posible.
  - d) Al finalizar revisaremos los resultados y checaremos tu avance.
2. Comenzar con imágenes simples, con pocos elementos para facilitar el ejercicio.

3. Hacerle saber que tiene que encontrar el mayor número de imágenes, pero que no hay algún número al que tenga que llegar.
4. Revisar el ejercicio terminado y motivar sus avances.
5. Al avanzar las sesiones podrá jugar con algún compañero más.
6. Una vez terminado el ejercicio, se le pueden realizar preguntas sobre las imágenes que encontró y el orden en que fueron localizadas.

### **Materiales.**

- Juego de memoria

## **12. Solución de laberintos**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre enfocar su atención en la solución de los laberintos que se le presentarán, los laberintos son juegos didácticos que requieren de concentración y calma, con lo cual se pretende que el sujeto logre mantenerse en calma mientras realiza el ejercicio, así como centrar su atención en la tarea asignada.

Se le pedirá al alumno que trate de encontrar la salida de uno a varios laberintos de diferentes niveles de dificultad con el fin de fortalecer su atención, favorecer a su control de impulsos y desarrollar su motricidad fina.

Este ejercicio será llevado a cabo en un ambiente controlado, evitando que haya distractores para que el alumno realice el ejercicio adecuadamente, conforme al avance del mismo los laberintos aumentarán su dificultad y podrá realizar ejercicios con límite de tiempo o cronometrar sus resultados.

Este ejercicio ayudará al alumno a enfocar su atención, su concentración y su motricidad fina.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a los límites de los laberintos.
- Hacer uso del razonamiento para encontrar la solución.
- Mejorar su concentración.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Al avanzar en las sesiones puede incrementar el nivel de dificultad de los laberintos.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar los resultados y motivar su avance.
- Los materiales deben ser planeados con antelación.

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) A continuación te daré un (varios) laberinto que tendrás que resolver. Teniendo en cuenta que no el lápiz no debe tocar las paredes del mismo.
  - b) Trata de mantenerte concentrado para realizar el ejercicio de la mejor manera posible.
  - c) Recuerda que tendrás el tiempo necesario para terminar.
  - d) Al finalizar checaremos tus resultados.
2. Comenzar con laberintos simples, con pocos elementos para facilitar el ejercicio.

3. Hacerle saber que tiene el tiempo suficiente para realizar el ejercicio.
4. Revisar el ejercicio terminado y motivar sus avances.
5. Al avanzar las sesiones podrán cronometrarse sus resultados o establecer tiempo límite.

### **Materiales.**

- Laberintos previamente seleccionados.
- Lápiz o pluma.

### **13. Juego “UNO”**

El juego “UNO”, es un juego que emplea cartas de distintos colores con numeración de 1- 9, que tienen que ir colocándose una sobre otra, según a las reglas establecidas en el mismo.

El objetivo de este ejercicio es que el alumno enfoque su atención en una actividad lúdica, respetando turnos y atendiendo a las reglas, con el fin de ganar el juego.

Se le pedirá al alumno participar del juego en conjunto de sus compañeros de clase, dentro de un ambiente controlado que permita la intervención del terapeuta si es necesario.

Este ejercicio será llevado a cabo en un ambiente controlado, evitando que haya inconvenientes para su desarrollo, reiterándole que debe seguir las reglas del juego así como respetar a sus compañeros.

Este ejercicio ayudará al alumno a enfocar su atención, su concentración y su impulsividad.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a las reglas del juego.
- Hacer uso del razonamiento para lograr ganar el juego.
- Mejorar su concentración.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Alejar al sujeto a concentrarse en el juego en el que participa.
- Motivar el avance del sujeto.

### **Instrucciones**

1. Dirigirse a los participantes con voz firme para llamar su atención e indicarles que actividad realizarán.
  - a) A continuación vamos a jugar un juego de cartas que se llama “UNO” (recordar las reglas del juego de cartas).
  - b) Trata de mantenerte concentrado para que puedas recordar las reglas del juego y logres ganar.
  - c) Recuerda que es un juego y no hay porque sentirse frustrado.
2. Comenzar el juego con el mayor orden posible.
3. Hacerles saber qué es un tiempo para recreación pero que tiene que ser en orden.
4. Recordarles que al terminar el juego deberán recoger los materiales.



**Materiales.**

- Juego de cartas “UNO”

**14. Encontrar ciudades/países en un Mapa**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre enfocar su atención en localizar ciudades o países con el objetivo de que mejore su concentración y al mismo tiempo ayudarlo a que logre mejorar memoria.

Se le pedirá al alumno que trate de encontrar distintas ciudades o países dentro de un mapa o globo terráqueo. Además de fortalecer su memoria y concentración el alumno lograra aprender las ubicaciones de las ciudades, estados y países con lo cual tendrá un mejor desempeño en las clases de geografía e historia.

Este ejercicio será llevado a cabo en un ambiente controlado, evitando que haya distractores para que el alumno realice el ejercicio adecuadamente, al inicio del ejercicio se le presentaran mapas de la república mexicana que no le representara una dificultad muy alta, ya que es más común que lo haya utilizado posteriormente. Al avanzar las cesiones el mapa podrán cambiar por mapas continentales, mapas de distintos países o incluso un globo terráqueo.

Este ejercicio ayudará al alumno a enfocar su atención, su concentración y su memoria.

**Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a los mapas presentados y lograr encontrar las ciudades, estados o países que se le soliciten.
- Hacer uso de su memoria para recordar la ubicación en ejercicios posteriores.

- Mejorar su concentración.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Al avanzar en las sesiones se puede incrementar el nivel de dificultad cambiando los mapas.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar los resultados y motivar su avance.
- Los materiales deben ser planeados con antelación.

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) A continuación te daré un mapa y una lista de estados (esto puede variar) que tendrás ubicar dentro del mapa.
  - b) Trata de mantenerte concentrado para realizar el ejercicio en el menor tiempo posible.
  - c) Recuerda que tendrás el tiempo necesario para terminar, pero trata de estar concentrado.
  - d) Al finalizar checaremos tus resultados.
2. Comenzar con mapas que el alumno haya utilizado.
3. Hacerle saber que tiene el tiempo suficiente para realizar el ejercicio.
4. Se podrán cambiar los mapas según el avance del alumno.

5. Al avanzar las sesiones podrán cronometrarse sus resultados o establecer tiempo límite.

### **Materiales.**

- Mapas o globo terráqueo.
- Lápiz o pluma.
- Lista de lugares a ubicar.

### **15. Efecto Stroop**

El efecto Stroop, originalmente descrito por su descubridor, John R. Stroop, en 1935, se refiere a la interferencia que se produce en el sujeto cuando realiza una prueba en la que debe indicar el color de la tinta con la que está escrita una palabra, que no coincide con su significado (Stroop-PC). Esta prueba precisa la ejecución en un proceso controlado de una tarea novedosa, mientras se debe impedir la intrusión de un proceso automático. Es decir, es como se llama a una clase de interferencia semántica producida como consecuencia de nuestra automaticidad en la lectura. Esto nos ocurre cuando el significado de la palabra interfiere en la tarea de nombrar, por ejemplo, el color de la tinta en que está escrita. (Artiola, L.)

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre enfocar su atención en una serie de palabras que se le mostraran, donde haciendo uso del efecto Stroop se le pedirá que lea o indique el color con el que las palabras están escritas adecuadamente.

Este ejercicio será llevado a cabo en un ambiente controlado, evitando que haya distractores para que el alumno realice el ejercicio adecuadamente.

Este ejercicio ayudará al alumno a enfocar su atención y su concentración.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a las tarjetas para discriminar los estímulos presentados.
- Mejorar su concentración.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Dar un ejemplo para un mejor entendimiento del ejercicio.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar los resultados y motivar su avance.
- Los materiales deben ser planeados con antelación.
- Motivar el avance del sujeto.

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) A continuación te presentare algunas tarjetas, donde tendrás que diferenciar entre el color con el que está escrita la palabra y lo que dice.
  - b) Trata de mantenerte concentrado para realizar el ejercicio adecuadamente.
  - c) Recuerda que tendrás el tiempo necesario para terminar, pero trata de estar concentrado.
  - d) Al finalizar checaremos tus resultados.
2. Comenzar con preguntas fáciles para demostrar el ejercicio.
3. Hacerle saber que tiene el tiempo suficiente para contestar las preguntas.

4. Al avanzar las sesiones podrán cronometrarse sus resultados o establecer tiempo límite.

### **Materiales.**

- Test Stoop.

### **16. Juegos de Similitud.**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre enfocar su atención para encontrar similitudes en las imágenes mostradas, con el objetivo de mejorar su concentración y favorecer a que el alumno preste atención en los detalles.

Se le pedirá al alumno que trate de encontrar características en común en un par de imágenes. Este ejercicio será llevado a cabo en un ambiente controlado, evitando que haya distractores para que el alumno realice el ejercicio adecuadamente, al inicio del ejercicio se le presentaran imágenes que sean de su agrado para llamar la atención del alumno.

Este ejercicio ayudará al alumno a enfocar su atención, su concentración y control de impulsos.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Ejercitar su razonamiento.
- Prestar atención a las imágenes mostradas para localizar las similitudes.
- Mejorar su atención.
- Mejorar su concentración.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar los resultados y motivar su avance.
- Los materiales deben ser planeados con antelación.

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) A continuación te mostrare algunas imágenes con las cuales tendrás que hacer grupos con características en común; ya sea forma, tamaño, color etc.
  - b) Trata de mantenerte concentrado para realizar el ejercicio en el menor tiempo posible.
  - c) Al finalizar checaremos tus resultados.
2. Comenzar con mapas que el alumno haya utilizado.
3. Hacerle saber que tiene el tiempo suficiente para realizar el ejercicio.
4. Se cambiarán las imágenes constantemente para favorecer su razonamiento.
5. Al avanzar las sesiones podrán cronometrarse sus resultados o establecer tiempo límite.

### **Materiales.**

- Imágenes previamente seleccionadas.

## **17. Juegos de Estrategia.**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre enfocar su atención en un juego de estrategia, ya sea ajedrez, damas chinas, damas inglesas, etc. Y de este modo favorecer a su pensamiento estratégico y razonamiento.

Se le pedirá al alumno que elija algún juego de estrategia el cual se llevara a cabo con algún compañero o el orientador con el fin de ejercitar su razonamiento lógico para tratar de ganar el juego. El juego se llevara a cabo en un ambiente controlado para evitar cualquier posible contingencia, así como asegurar un clima de juego favorable.

Si es necesario recordar o explicar las reglas del juego.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Ejercitar su razonamiento.
- Reforzar su memoria al hacer que recuerde las reglas del juego.
- Mejorar su atención.
- Mejorar su concentración.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar los resultados y motivar su avance.
- Los materiales deben ser planeados con antelación.
- Establecer un clima favorable para llevar a cabo el juego.

## **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) A continuación jugaremos algún juego de estrategia de tu elección.
  - b) Trata de mantenerte concentrado para realizar el ejercicio en el menor tiempo posible.
  - c) Al finalizar checaremos tus resultados.
2. Comenzar con mapas que el alumno haya utilizado.
3. Hacerle saber que tiene el tiempo suficiente para realizar el ejercicio.
4. Se cambiarán las imágenes constantemente para favorecer su razonamiento.
5. Al avanzar las sesiones podrán cronometrarse sus resultados o establecer tiempo límite.

## **Materiales.**

- Imágenes previamente seleccionadas.

## **18. Encontrar las diferencias.**

El objetivo de esta actividad que él alumno identifique las diferencias en las imágenes mostradas, con el objetivo de mejorar su concentración y favorecer a que el alumno preste atención en los detalles.

Se le pedirá al alumno que trate de encontrar características diferentes en un par de imágenes. Este ejercicio será llevado a cabo en un ambiente controlado, evitando que



haya distractores para que el alumno realice el ejercicio adecuadamente, al inicio del ejercicio se le presentaran imágenes que sean de su agrado para llamar la atención del alumno.

Este ejercicio ayudará al alumno a enfocar su atención, su concentración y control de impulsos.

**Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Ejercitar su razonamiento.
- Prestar atención a las imágenes mostradas para localizar las similitudes.
- Mejorar su atención.
- Mejorar su concentración.

**Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar los resultados y motivar su avance.
- Los materiales deben ser planeados con antelación.

**Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.

- a) A continuación te mostrare algunas imágenes que serán diferentes entre sí, de las cuales tendrás que señalar las características que las diferencian.

- b) Trata de mantenerte concentrado para realizar el ejercicio en el menor tiempo posible.
  - c) Al finalizar checaremos tus resultados.
2. Comenzar imágenes con diferencias evidentes y fáciles de localizar.
  3. Hacerle saber que tiene el tiempo suficiente para realizar el ejercicio.
  4. Se cambiarán las imágenes constantemente para favorecer su razonamiento.
  5. Al avanzar las sesiones podrán cronometrarse sus resultados o establecer tiempo límite.

### **Materiales.**

- Imágenes previamente seleccionadas.

### **19. Sopa de letras.**

El objetivo de este ejercicio es que el sujeto logre enfocar su atención para encontrar una lista de palabras, dentro del juego conocido como “Sopa de Letras”, con el objetivo de encontrarlas en el menor tiempo posible.

Se le pedirá al alumno que localice de manera correcta una lista de palabras escondidas en un recuadro que contiene palabras escondidas en letras distribuidas al azar. Este ejercicio será llevado a cabo en un ambiente controlado, evitando que haya distractores para que el alumno realice el ejercicio adecuadamente, al inicio del ejercicio se le pedirá localizar palabras simples de dominio común para facilitar el ejercicio.

Este ejercicio ayudará al alumno a enfocar su atención, su concentración y control de impulsos.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable.
- Prestar atención a las imágenes mostradas para localizar las similitudes.
- Mejorar su atención.
- Mejorar su concentración.

### **Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar los resultados y motivar su avance.
- Los materiales deben ser planeados con antelación.

### **Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.
  - a) A continuación jugaremos “Sopa de Letras” te daré una lista de palabras que tendrás que localizar y señalar en el recuadro en el menor tiempo posible.
  - b) Trata de mantenerte concentrado para realizar el ejercicio en el menor tiempo posible.
  - c) Al finalizar checaremos tus resultados.
2. Comenzar con palabras sencillas que el alumno conozca.
3. Hacerle saber que tiene el tiempo suficiente para realizar el ejercicio.

4. Se cambiarán las palabras constantemente para favorecer su razonamiento, fortalecer su ortografía y mejorar su lectura.
5. Al avanzar las sesiones podrán cronometrarse sus resultados o establecer tiempo límite.

### **Materiales.**

- Imágenes previamente seleccionadas.

### **20. Actividad Física.**

El objetivo de la actividad física es combatir el estrés producido por las jornadas de estudio, así como favorecer al desarrollo de coordinación, desarrollar las habilidades sociales, mantenerse en calma en situaciones complicadas y llevar a cabo una actividad lúdica ordenada con reglas, en compañía de sus compañeros de clase.

Se le pedirá al alumno que realice los ejercicios indicados por él maestro en turno. Los ejercicios se llevarán a cabo al aire libre, con el objetivo de mantener la atención física en una actividad en conjunto.

Este ejercicio ayudará al alumno a enfocar su atención, su concentración y control de impulsos.

### **Objetivos:**

- Lograr que el sujeto permanezca en calma durante una actividad.
- Ayudar a que enfoque su atención durante un tiempo considerable en una actividad en conjunto.
- Ejercitar su control de impulsos y manejo de la frustración.
- Mejorar su relación con sus compañeros de clase.

- Mejorar su atención.
- Mejorar su concentración.

**Sugerencias:**

- Las instrucciones deben ser claras y establecer un ambiente de confianza.
- Si es necesario brindar ayuda al sujeto para no caer en desesperación.
- Alejar al sujeto de cualquier estímulo que lo pueda distraerlo.
- Revisar los resultados y motivar su avance.
- Los materiales deben ser planeados con antelación.

**Instrucciones**

1. Llamar la atención del sujeto y con voz firme indicarle que tome asiento para realizar el ejercicio.

\*Las instrucciones de ejercicio las dará el maestro de educación física a cargo de la clase, el cual tendrá previo conocimiento de las características del alumno.

**Materiales:**

Los materiales dependerán de las actividades planeadas por el profesor de la clase.

### CARTAS DESCRIPTIVAS POR SESIÓN

SESIÓN	ACTIVIDADES PROGRAMADAS	DESCRIPCIÓN	OBJETIVO
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Encuadre de Intervención.</li> </ul>	<p>Se platicará y aclarará la finalidad de las sesiones siguientes a los padres de los alumnos seleccionados junto con los mismos alumnos. Se tomará un tiempo aproximado de 30 minutos, para disipar todas las dudas de los participantes.</p>	<p>Informar a los padres del alumno sobre el trabajo que se realizara con él.</p> <p>Establecer una relación de confianza entre el alumno y el especialista.</p>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Narración de un cuento con anterioridad.</li> <li>Juego de memoria.</li> </ul>	<p>Se narrara un cuento al alumno con la finalidad de que lo escuche con atención y pueda contarlo a su manera posteriormente. Generar preguntas claves para dar pauta a la selección de información precisa.</p> <p>Juego de tarjetas, se pedirá al sujeto elija parejas de tarjetas para encontrar dos iguales.</p>	<p>Mostrar al alumno que las sesiones no serán de trabajo exhaustivo y que son en pro de su desarrollo académico.</p> <p>Lograr que el alumno mantenga enfocada su atención durante un tiempo considerable.</p>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reproducción de figuras vistas con anterioridad.</li> <li>Identificar una serie de objetos en una fotografía.</li> </ul>	<p>Se le mostrara al alumno una serie de figuras geométricas que tendrá que reproducir posteriormente.</p> <p>Dentro de una imagen que contiene distintos dibujos, se le pedirá al alumno que identifique una serie de objetos seleccionados previamente.</p>	<p>Ejercitar la memoria del alumno mediante la presentación y reproducción de un listado de figuras que se le presentaran.</p> <p>Fortalecer la memoria y favorecer la capacidad del sujeto para prestar atención a los detalles.</p>

**“PROPUESTA DE PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN ALUMNOS CON TDAH”**

SESIÓN	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	OBEJTIVO
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Copiar y corregir textos en su cuaderno.</li> <li>• Juegos de similitud.</li> </ul>	<p>Se le pedirá al alumno que reproduzca un texto corto que contiene errores ortográficos, mismos que tendrá que identificar y corregir al transcribir en su cuaderno.</p> <p>Una serie de figuras se le mostraran al alumno con el fin de que sea capaz de ordenarlas en pares o grupos de características iguales, notando los detalles que las agrupan entre sí.</p>	<p>Enfocar su atención con el fin de reforzar su ortografía y favorecer al desarrollo de su escritura.</p> <p>Mantener su atención en las figuras mostradas con el fin de identificar los detalles que las hacen pertenecer a un grupo específico.</p>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Efecto stroop.</li> <li>• Encontrar las diferencias.</li> </ul>	<p>Con el fin de desarrollar su concentración y discriminación de estímulos. Se le mostrara al alumno una serie de tarjetas del Test Stroop, de tal manera que tendrá que responder en voz alta la característica que se le esté solicitando.</p> <p>El alumno tendrá que fijar su atención, para identificar su atención en una serie de imágenes con el fin de identificar las características que las diferencian entre ellas.</p>	<p>Favorecer la capacidad del alumno para atender indicaciones y la capacidad para discriminar distintos estímulos y lograr realizar adecuadamente la tarea asignada.</p>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ordenar alfabéticamente una lista de palabras.</li> <li>• Sopa de letras.</li> </ul>	<p>Se le proporcionara al alumno una lista de palabras que tendrá que ordenar alfabéticamente, con el fin de desarrollar su atención y ortografía.</p> <p>Un juego de sopa de letras se le dará al alumno para que la resuelva adecuadamente en el menor tiempo posible.</p>	<p>Favorecer la concentración del alumno en una tarea escolar, así como en una actividad lúdica.</p> <p>Permanecer en calma durante una actividad para seguir las instrucciones del ejercicio así como las indicaciones del juego.</p>

**“PROPUESTA DE PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN ALUMNOS CON TDAH”**

SESIÓN	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	OBEJTIVO
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>Planteamiento de problemas para soluciones verbales.</li> <li>Juego de memoria.</li> </ul>	<p>Al alumno se le presentaran problemas sencillos a los cuales tendrá que dar solución de manera verbal por lo cual tendrá que enfocar su atención y escuchar cautelosamente para proporcionar una respuesta satisfactoria.</p> <p>Se le proporcionara al alumno, un juego de memoria en el cual tendrá que localizar los pares de las tarjetas en el menor tiempo posible.</p>	<p>Lograr prestar atención y mantener la calma durante la lectura del problema a resolver.</p> <p>Mantenerse concentrado para lograr captar los detalles del problema en cuestión para brindar una respuesta satisfactoria.</p>
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>Narración de un cuento escuchado con anterioridad.</li> <li>Corregir pequeños errores en textos.</li> </ul>	<p>El alumno escuchara con atención un cuento corto, que tendrá que narrar en sus palabras posteriormente.</p> <p>Se le presentara un texto en el cual tendrá que identificar; pequeños errores ortográficos, errores de redacción, errores de continuidad etc. Los cuales tendrá que corregir posteriormente.</p>	<p>Fortalecer la capacidad del alumno para enfocar su atención durante una tarea escolar, así como su capacidad para prestar atención a los detalles.</p>
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>Solución de operaciones básicas.</li> <li>Juegos de estrategia.</li> </ul>	<p>Una serie de operaciones básicas (suma, resta, multiplicación, división) serán presentadas al alumno para que este las resuelva de manera correcta y así fortalecer sus capacidades para sus clases de matemáticas.</p> <p>Se elegirá un juego de estrategia, ya sea, ajedrez, damas chinas, damas inglesas, crucigramas, sudoku, entre otros; para que el alumno ponga en práctica su razonamiento mediante el desarrollo de estos.</p>	<p>Ejercitar el dominio de sus habilidades matemáticas, poniendo en práctica resolviendo operaciones básicas según su grado de estudios.</p> <p>Fortalecer su razonamiento y atención mediante juegos de estrategia.</p>



**“PROPUESTA DE PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN ALUMNOS CON TDAH”**

SESIÓN	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	OBJETIVO
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolver laberintos.</li> <li>• Encontrar las diferencias.</li> </ul>	<p>Se le proporcionara al alumno uno o más laberintos que tendrá que resolver en el menor tiempo posible.</p> <p>El alumno identificara una serie de diferencias que se le presentaran en imágenes, manteniendo su atención fijas en el ejercicio para lograrlo lo antes posible.</p>	<p>Mantener la atención del alumno fija en los detalles para lograr su objetivo en el menor tiempo posible.</p>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Narración de un cuento escuchado con anterioridad.</li> <li>• Juego “UNO”.</li> </ul>	<p>Se narrará un cuento al alumno con la finalidad de que lo escuche con atención y pueda comentar el contenido a su manera. Se añadirán una serie de preguntas con el objetivo de verificar la comprensión al mismo.</p> <p>Se llevara a cabo el juego “UNO” dentro de un pequeño grupo de alumnos.</p>	<p>Desarrollar su entendimiento y atención en una actividad escolar con el objetivo de comprender una lectura y poder responder una serie de preguntas.</p> <p>Mantener su concentración dentro de una actividad con iguales y tener un óptimo desarrollo dentro de la misma.</p>
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corregir pequeños errores en textos.</li> <li>• Seguir secuencias de dibujos.</li> </ul>	<p>Se le presentara un texto en el cual tendrá que identificar; pequeños errores ortográficos, errores de redacción, errores de continuidad, entre otros aspectos. Los cuales tendrá que corregir.</p> <p>Se mostraran una serie de dibujos al alumno para que posteriormente a observarlas pueda deducir correctamente que figura termina la serie.</p>	<p>Fortalecer su atención y enfocarse en los detalles de la misma para resolverla satisfactoriamente.</p> <p>Contribuir al desarrollo de su razonamiento mediante la deducción de la continuidad de las figuras mostradas.</p>

**“PROPUESTA DE PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN ALUMNOS CON TDAH”**

SESIÓN	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	OBEJTIVO
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Copiar lecturas en su cuaderno.</li> <li>• Encontrar las diferencias.</li> </ul>	<p>Se le pedirá al alumno que reproduzca un texto corto en su cuaderno con el fin de reforzar su escritura y ortografía.</p> <p>El alumno tendrá que fijar su atención, para identificar su atención en una serie de imágenes con el fin de identificar las características que las diferencian entre ellas.</p>	<p>Enfocar su atención con el fin de reforzar su ortografía y favorecer al desarrollo de su escritura.</p> <p>Favorecer la capacidad del alumno para atender indicaciones y la capacidad para discriminar distintos estímulos y lograr realizar adecuadamente la tarea asignada.</p>
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar una serie de objetos en una fotografía.</li> <li>• Efecto stroop.</li> </ul>	<p>Dentro de una imagen que contiene distintos dibujos, se le pedirá al alumno que identifique una serie de objetos seleccionados previamente.</p> <p>Con el fin de desarrollar su concentración y discriminación de estímulos. Se le mostrara al alumno una serie de tarjetas del Test Stroop, de tal manera que tendrá que responder en voz alta la característica que se le esté solicitando.</p>	<p>Favorecer la capacidad del alumno para atender indicaciones y la capacidad para discriminar distintos estímulos y lograr realizar adecuadamente la tarea asignada.</p>
15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Solución de operaciones básicas.</li> <li>• Laberintos.</li> </ul>	<p>Una serie de operaciones básicas (suma, resta, multiplicación, división) serán presentadas al alumno para que este las resuelva de manera correcta y así fortalecer sus capacidades para sus clases de matemáticas.</p> <p>Se le proporcionara al alumno uno o más laberintos que tendrá que resolver en el menor tiempo posible.</p>	<p>Ejercitar el dominio de sus habilidades matemáticas, poniendo en práctica resolviendo operaciones básicas según su grado de estudios.</p> <p>Mantener la atención del alumno fija en los detalles para lograr su objetivo.</p>

**“PROPUESTA DE PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN ALUMNOS CON TDAH”**

SESIÓN	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	OBEJTIVO
16	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lectura de comprensión.</li> <li>Sopa de letras.</li> </ul>	<p>Se le presentara una lectura al alumno, para que lea en voz alta y de una manera pausada con el fin de captar la mayor información posible, al terminar de leer se le harán una serie de preguntas para evaluar su nivel de comprensión.</p> <p>Un juego de sopa de letras se le dará al alumno para que la resuelva adecuadamente en el menor tiempo posible.</p>	<p>Mantener la calma y concentración para lograr entender lo mejor que pueda una lectura académica.</p> <p>Permanecer en calma durante una actividad para seguir las instrucciones del ejercicio así como las indicaciones del juego.</p>
17	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ordenar alfabéticamente una lista de palabras.</li> <li>Juegos de similitud.</li> </ul>	<p>Se le proporcionara al alumno una lista de palabras que tendrá que ordenar alfabéticamente, con el fin de desarrollar su atención y ortografía.</p> <p>Una serie de figuras se le mostraran al alumno con el fin de que sea capaz de ordenarlas en pares o grupos de características iguales, notando los detalles que las agrupan entre sí.</p>	<p>Favorecer la concentración del alumno en una tarea escolar, así como en una actividad lúdica</p>
18	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mapas.</li> <li>Juego de memoria.</li> </ul>	<p>Se mostrara un mapa al alumno y se le pedirá que encuentre una serie de ciudades o países.</p> <p>Se le proporcionara al alumno, un juego de memoria en el cual tendrá que localizar los pares de las tarjetas en el menor tiempo posible.</p>	<p>Concentrar su atención para identificar con facilidad las ciudades en la lista que le fue dada.</p> <p>Mantenerse concentrado para lograr captar los detalles del problema en cuestión para brindar una respuesta satisfactoria.</p>

**“PROPUESTA DE PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN ALUMNOS CON TDAH”**

SESIÓN	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	OBEJTIVO
19	<ul style="list-style-type: none"> <li>Planteamiento de problemas para soluciones verbales.</li> <li>Juegos de estrategia.</li> </ul>	<p>Al alumno se le presentaran problemas sencillos a los cuales tendrá que dar solución de manera verbal por lo cual tendrá que enfocar su atención y escuchar cautelosamente para proporcionar una respuesta satisfactoria.</p> <p>Se elegirá un juego de estrategia, ya sea, ajedrez, damas chinas, damas inglesas, crucigramas, sudoku, entre otros, para que el alumno ponga en práctica su razonamiento mediante el desarrollo de estos.</p>	<p>Lograr prestar atención y mantener la calma durante la lectura del problema a resolver.</p> <p>Fortalecer su razonamiento y atención mediante juegos de estrategia.</p>
20	<ul style="list-style-type: none"> <li>Actividad física.</li> </ul>	<p>La actividad física será llevada a cabo durante las clases de Educación física dentro de la institución con ejercicios planeados para el alumno que lo ayudaran a desarrollar sus habilidades motoras, así como lidiar con su ansiedad y favorecer al seguimiento de instrucciones necesarias para un desarrollo académico óptimo.</p>	<p>Brindar desahogo de la carga escolar, así como ayudar a que el alumno sea capaz de desarrollar tanto física como intelectualmente mediante el ejercicio y fortalecer la capacidad de seguir instrucciones.</p>
21	<ul style="list-style-type: none"> <li>Evaluación final</li> </ul>	<p>Se le aplicara nuevamente a los padres de familia la escala Connors y se solicitarán reporte de calificaciones finales del menor.</p>	<p>Verificar el avance que tuvo el alumno a lo largo de las sesiones, respecto al aprovechamiento escolar.</p>

## **DISCUSIÓN**

Partiendo de la pregunta de investigación, que refiere las características que debería tener un programa de intervención para estudiantes con TDAH, se tiene que, la propuesta que se presentó cuenta con ejercicios en su mayoría lúdicos que favorecerán a que el alumno los pueda realizar en horario escolar. El carácter lúdico de los ejercicios evitara que él alumno se vea saturado y realice las actividades con desidia tanto en el programa como en las actividades dentro del salón de clases.

Las actividades están planeadas en el supuesto que los alumnos no han recibido un tratamiento en forma, por lo que son actividades sencillas que favorecerán al desarrollo de las habilidades ejecutivas del alumno.

## **CONCLUSIONES**

- El programa se llevara a cabo dentro de la institución donde el alumno asiste a clases.
- Con la aplicación del se pretende fortalecer la situación académica del alumno.
- El programa cuenta con 20 actividades lúdicas para favorecer al desarrollo de las actividades ejecutivas.
- Las actividades serán dosificadas de manera que el alumno no se sienta abrumado.

## **SUGERENCIAS**

- Para el tratamiento del TDAH, es necesario contar con un diagnóstico hecho por un especialista y comunicarlo a la institución educativa a la que pertenezca el alumno.
- El tratamiento deberá llevarse a cabo en conjunto (padres, maestros y alumnos) para que tenga una mayor eficacia.
- Los ejercicios aquí presentados podrán realizarse en casa para un mayor avance en el ámbito educativo.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Armstrong, T. (2001). **Síndrome de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad**. México: PAIDOS.
- Barrera, G. (2015). **Psicología: trastorno por déficit de atención con hiperactividad**, REVISTA PSICOLOGÍA. México: Asociación mexicana de Gerontología y Geriatria.
- Crespo, C. (2013)
- Fernández, J. (2011). **TDAH: PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA**. Valladolid: International Journal of Developmental and Educational Psychology.
- Grad, F. (2000). **ADD/ADHD: Cambio de Comportamiento, Niños con Trastorno de Déficit de Atención, Estrategias y Actividades, Problemas de atención, Disciplina y Rendimiento**, México: Editores Unidos Mexicanos S.A.
- Gratch, L. (2000). **El trastorno por déficit de atención (ADD-ADHD)**. Argentina: Editorial Panamericana.
- Joselevich, E. (2000). **A.D. /H.D. en niños, adolescentes y adultos**. México: Paidos.
- Martínez, M. (2013). **Todo sobre el TDAH, Guía para la vida diaria**. México: Editorial Alfaomega.
- Rickel, A. Brown, R., **Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad en niños y adultos**. México: Editorial Manual moderno.
- Uriarte, V. (1998). **HIPERQUINESIA**, México: Editorial Trillas.



- Van-Weilink, G. (2004). **DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD**. México: Editorial Trillas.
- Vásquez, J. (2010), **GUÍA CLÍNICA PARA EL TRASTORNO POR DÉFOCIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD**. México: Instituto Nacional de Psiquiatría.