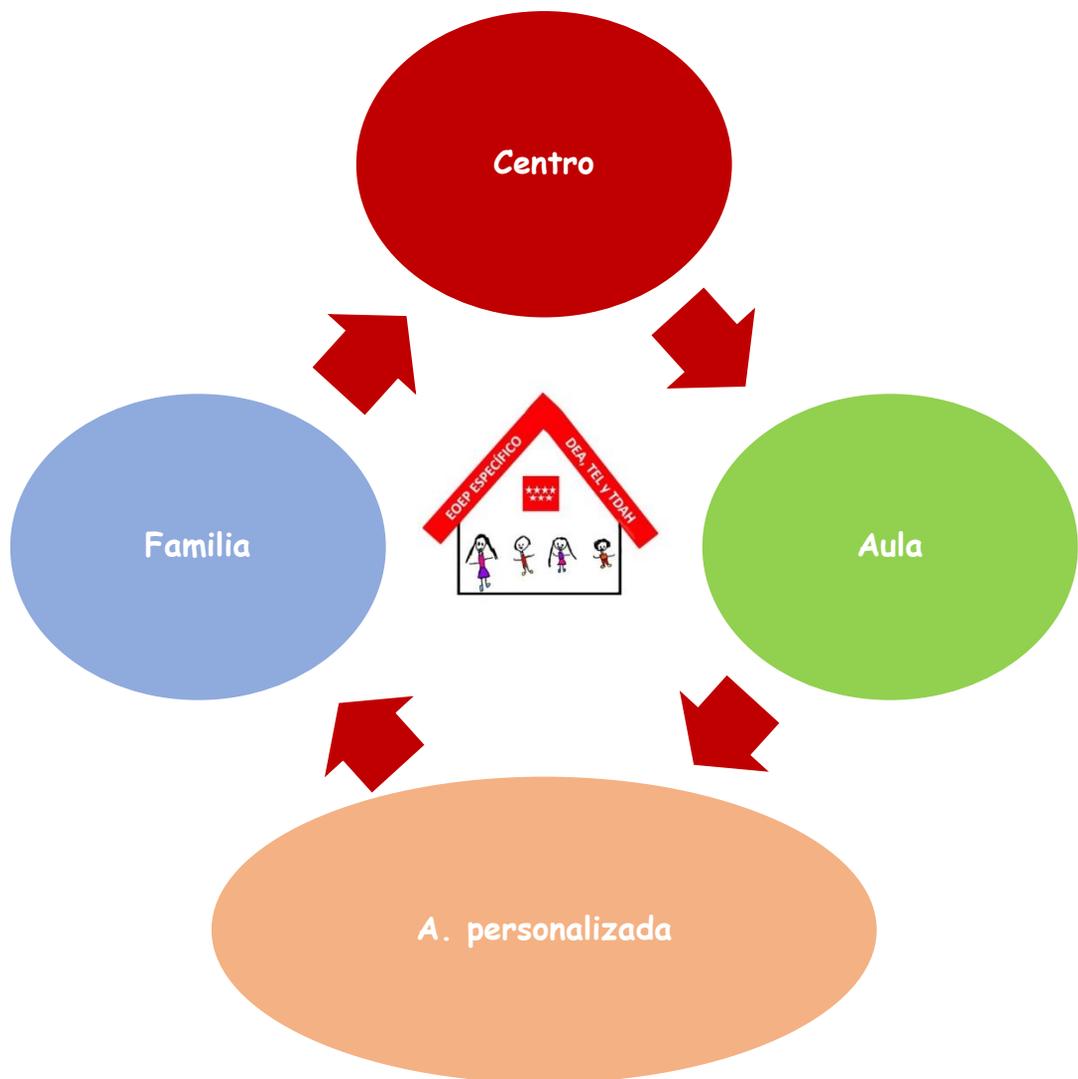


GUÍA INCLUSIVA

TRASTORNO POR HIPERACTIVIDAD CON DÉFICIT DE LA ATENCIÓN (CIE-11)



En este documento, con el fin de simplificar la exposición y facilitar la comprensión lectora, se utiliza el masculino genérico para referirnos a alumnos y alumnas, profesores y profesoras, maestros y maestras, etc., tal y como indica la Real Academia Española (RAE, 2020).

GUÍA INCLUSIVA: TRASTORNO POR HIPERACTIVIDAD CON DÉFICIT DE ATENCIÓN

Este documento ha sido elaborado por el EOEP Específico de DEA, TEL y TDAH de la Comunidad de Madrid, bajo licencia CC BY-NC-SA

El alumnado con TDAH

¿Qué es el Trastorno por Hiperactividad con Déficit de la Atención?

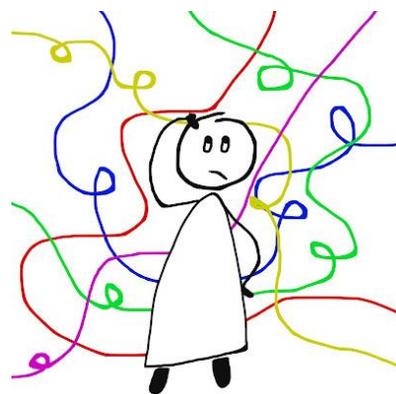


Es un trastorno del neurodesarrollo caracterizado por dificultades en los procesos atencionales, presencia de alta impulsividad y de una excesiva actividad motriz, carente de finalidad en sí misma.

Este trastorno es habitualmente conocido con las siglas TDAH, nomenclatura con la que lo denominaremos, a partir de este momento, en esta guía

¿Cómo son estos alumnos?

Es muy probable que ya antes hayas tenido algún alumno con TDAH en tu aula y, por ello, seguro que recuerdas algunas de sus características a la hora de afrontar las tareas de enseñanza-aprendizaje y su relación con los iguales y con los adultos en el centro.



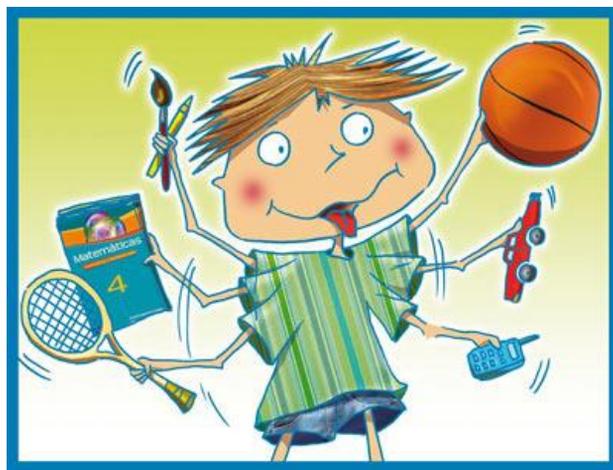
Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

Por ello no nos vamos a detener en realizar una exposición detallada de sus dificultades. Porque seguro que las tienes presentes y porque, además, creemos que lo fundamental es poner el foco en cómo podemos ayudarles.

El alumnado con TDAH

No obstante a modo de breve recordatorio podemos detallar algunas cuestiones básicas:

- Con frecuencia **les cuesta centrar su atención** en los estímulos relevantes para la realización de la tarea y sus periodos de atención son cortos y presentan una alta reactividad a estímulos distractores.
- Pueden presentar un **procesamiento más lento de la información**, lo que unido a las dificultades atencionales hace que les cueste finalizar las tareas en el tiempo establecido.
- Suelen ser **desorganizados con los materiales y con la planificación**/ ejecución de la tarea.
- Por otra parte, suelen presentar un **exceso de actividad motriz carente de finalidad en sí misma**, que es más visible en los más pequeños. Los más mayores pueden canalizar ese exceso de actividad a través de acciones menos visibles como morder los cuellos de las camisas, las uñas, mover de forma continuada los materiales encima de la mesa...
- Suelen ser **impulsivos**, por lo que les cuesta planificar su actividad y valorar, de forma previa, las consecuencias de sus actos lo que, en ocasiones, puede generar alguna dificultad en cuanto al seguimiento de las normas y en sus relaciones con los iguales y con los adultos.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

EL alumnado con TDAH

¿Qué podemos hacer si tenemos un alumno con TDAH en el centro?

Tenemos que tener en cuenta que las necesidades que presentan las personas con TDAH en la escuela, no son solo fruto de sus características personales, sino que el propio contexto escolar les plantea unas exigencias que, a menudo, intensifica sus dificultades.

Además, con cierta frecuencia, estos alumnos se enfrentan a situaciones repetidas de fracaso escolar, lo que afecta negativamente a su autoestima.

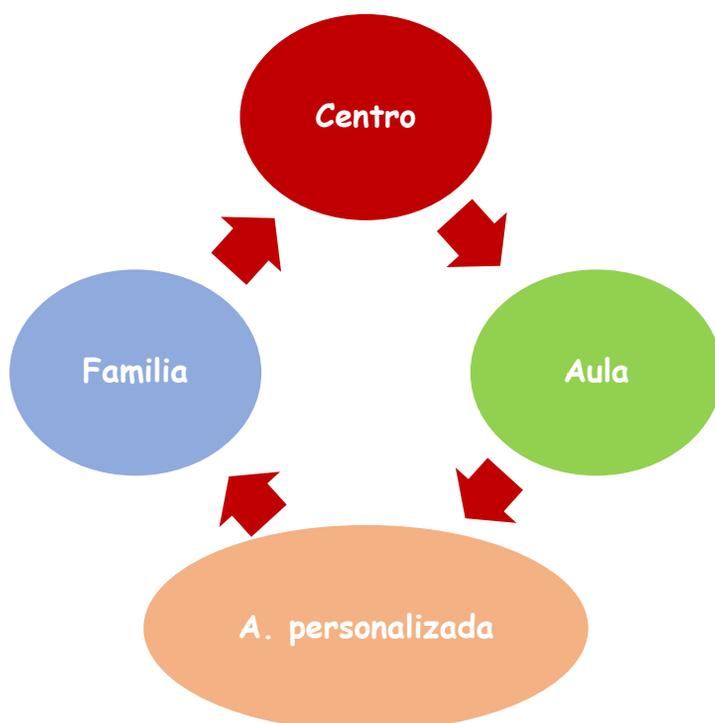
Es por esto que en la presente guía, empezamos por proponer medidas, relativas a aspectos contextuales, en el centro y en el aula, que pueden contribuir a mitigar las necesidades que presentan los alumnos con TDAH en los centros.

Por otra parte, es importante recordar que el TDAH es un trastorno del neurodesarrollo, por lo que todas estas manifestaciones no son un empeño personal del alumno y permanecerán con la persona a lo largo de su vida.

No obstante, es fundamental tener en cuenta que les podemos **enseñar estrategias y reorganizar el contexto** de forma que les ayuden a centrar su atención, a canalizar de forma positiva su exceso de actividad motriz, a controlar su impulsividad y evitará el desarrollo de una autoestima negativa.

¿Qué podemos hacer para ajustar su respuesta educativa?

A continuación vamos a proponer algunas medidas encaminadas a promover el desarrollo integral de los alumnos con TDAH en el ámbito escolar.



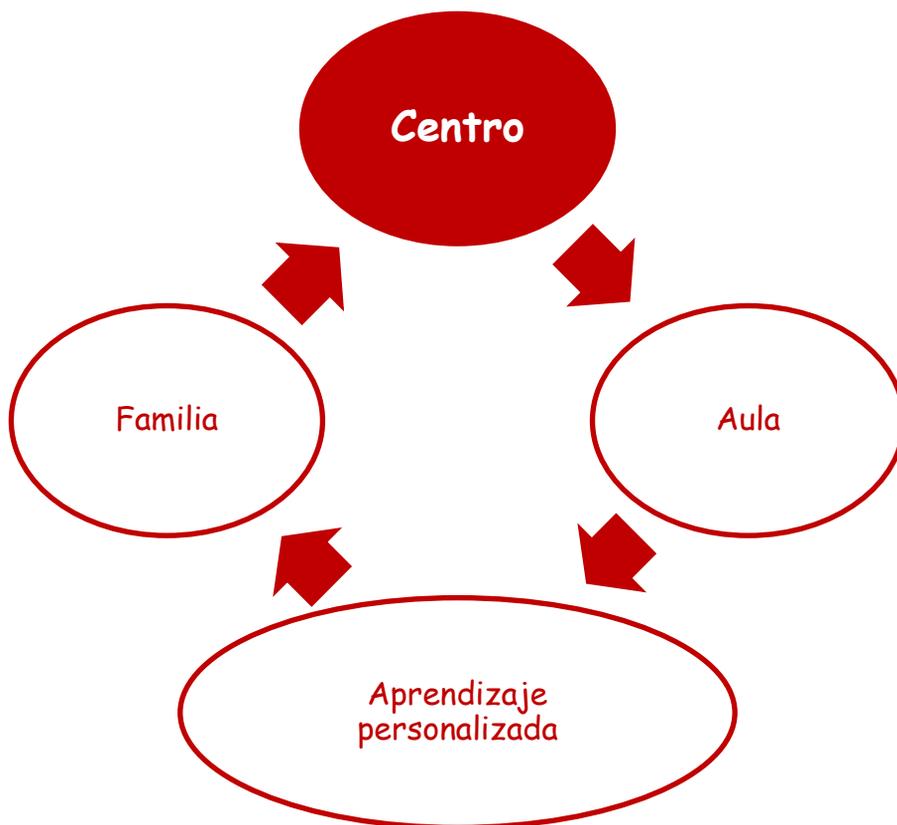
El alumnado con TDAH

¿Cómo hacer el **centro accesible** a este alumnado?



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

Es importante que los centros tomen acuerdos generales que faciliten la accesibilidad al currículo de todos los alumnos, aunque aquí vamos a detenernos en aquellas que pueden hacer más fácil el desempeño de los alumnos con TDAH.





Centro

1. El centro debe estar adecuadamente señalizado, con **recordatorios visuales de las normas de conducta** adecuadas en cada uno de los espacios.
2. Deben establecerse **acuerdos de claustro sobre el cumplimiento de normas y la aplicación de sanciones**, teniendo en cuenta sus circunstancias personales como un atenuante. Estableciendo momentos, espacios y responsables para la reflexión acerca del cumplimiento de las normas. Propuesta de sanciones de carácter reparador.
3. Acuerdos de centro acerca de los agrupamientos que deben ser heterogéneos y estar equilibrados por niveles.
4. Establecer criterios de centro para la realización de agrupamientos flexibles o desdobles que permitan el trabajo en grupos reducidos, **priorizando el refuerzo educativo dentro del aula como medida de apoyo**. Si hay posibilidad de contar con dos profesores, el apoyo lo realiza el tutor, o profesor de la materia, dejando que el otro profesor se encargue del resto del grupo. Esto favorece la motivación de los alumnos y el conocimiento por parte del tutor / profesor de la evolución de los alumnos con más dificultades.
5. Deben establecerse acuerdos de claustro sobre objetivos / contenidos prioritarios en cada uno de los niveles y para cada una de las áreas / materias.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY](#)



6. Establecer procedimientos para **garantizar el traspaso de información entre profesionales**, a comienzos de curso: nivel de competencia curricular, adaptación al centro, competencia socioemocional, medidas adoptadas en cursos anteriores y su evolución...
7. Implementación de **programas para promover el desarrollo de la competencia socioemocional** con continuidad en las diferentes etapas y abordaje transversal a través de las diferentes áreas/materias. Beneficiarán a todos los alumnos pero, especialmente, a los alumnos con dificultades, por la repercusión que estas tienen, por ejemplo, en su autoestima

8. **Actividades estructuradas de patio**, que faciliten la integración y participación siguiendo unas reglas y alcanzando un objetivo común, compartido con los compañeros de juego.



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

9. **Preparación anticipada de las actividades complementarias**, explicitando de forma clara:
 - los objetivos
 - las normas de trabajo adecuadas para el desarrollo de la actividad
 - Las normas de conducta adecuadas en el espacio en el que se va a desarrollar la actividad.



Centro

10. Cuidar la formación de nuevos grupos atendiendo a las necesidades de los alumnos y garantizando la heterogeneidad de los mismos.
11. **Crear una estructura de centro de ayuda entre iguales** para ayudar o ser ayudado, contemplando diferentes posibilidades: ayuda en el patio o en el comedor, ayuda para las tareas de clase, ayuda para los más pequeños....
12. Establecer la ponderación de cada uno de los procedimientos de **evaluación, diversificando las técnicas y pruebas utilizadas** y evitando que el mayor porcentaje de la nota se atribuya a los exámenes escritos.
13. Uso de rúbricas para valorar los aprendizajes y favorecer la evaluación por competencias.



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)

El alumnado con TDAH

¿Cómo hacer el aula accesible para estos alumnos?

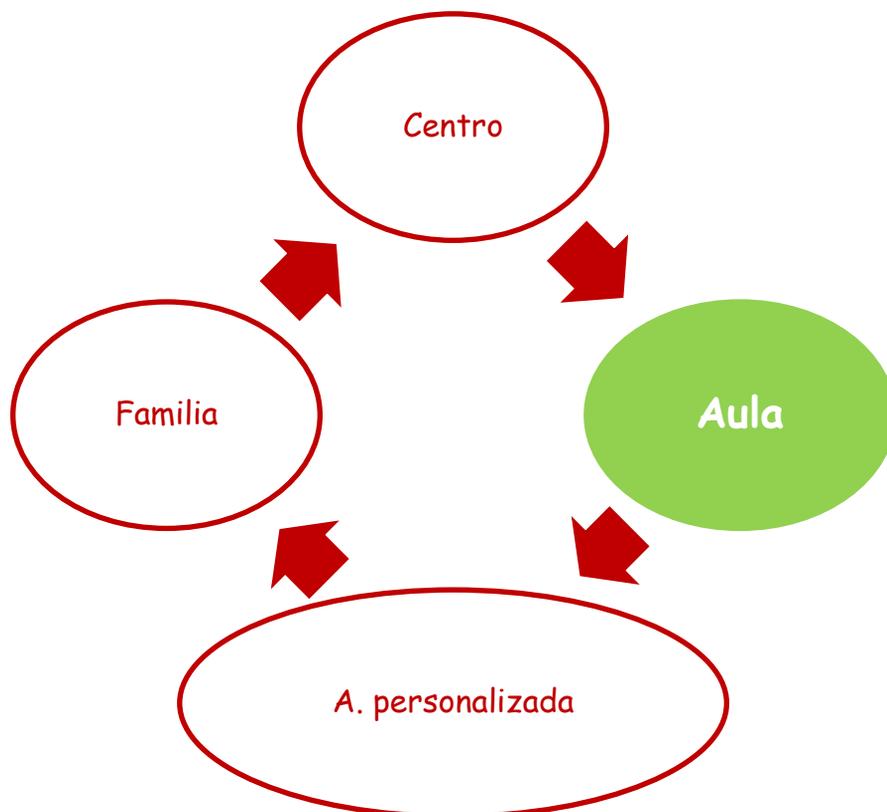
En la planificación y organización del aula es importante adoptar medidas de atención a la diversidad que hagan más fácil el acceso al currículo de todos los alumnos, con independencia de sus características personales.

A continuación proponemos algunas de estas medidas que, en caso de adoptarse, beneficiarán a todos los alumnos pero de forma muy especial a los alumnos con TDAH.

LA CLAVE: Organizar el aula



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)





Aula

1. Planificar una evaluación inicial ajustada y centrada en poner de manifiesto lo que los alumnos son capaces de hacer y que facilite la determinación de las ayudas necesarias.
2. Controlar la presencia de estímulos distractores:
 - Evitar el exceso de ruido en los periodos en los que es necesaria una mayor concentración.
 - Evitar aulas con un exceso de información visual permanente.
 - Utilizar el apoyo visual de forma coordinada con el mensaje oral.
 - Establecer normas muy claras sobre la utilización de los materiales y su disponibilidad en cada momento...
3. Crear rutinas de trabajo, estableciendo una secuencia de pasos clara y estable para el desarrollo de las diferentes actividades.
4. Hacer explícita la secuencia de trabajo que se va a desarrollar en cada una de las sesiones de clase y marcar los cambios de actividad.
5. Cambiar de actividad con frecuencia.
6. Disponer de un espacio con materiales de apoyo ordenados y accesibles y que facilite el trabajo individual en momentos en los que sea necesaria una mayor concentración.
7. Usar una pizarra auxiliar para anotar los deberes, para facilitar que las tareas de cada una de las materias queden anotada en ella toda la jornada escolar, evitando usarla para anotar otras cuestiones .
8. Establecer normas de aula consensuadas, que sean estables, concretas, explícitas y con las consecuencias claramente establecidas de forma previa.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



9. Colocar **carteles y murales que ofrezcan información relevante** sobre los temas a trabajar, sobre las rutinas de trabajo, sobre las normas de aula...

¡Muy importante!

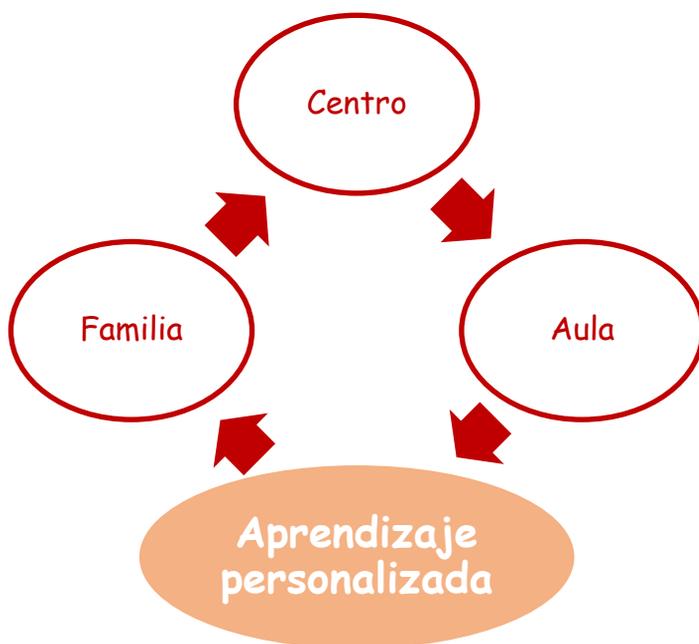


Cuidado con la sobrecarga de información en el aula ("*ruido visual*"). Si hay un exceso, dificulta la atención de todos los alumnos, en lugar de favorecer la comprensión del entorno.

10. Crear una **red de alumnos ayudantes** en el aula que permita que todos los alumnos puedan ser ayudados y ayudar.
Esta estructura deber partir de la idea de que todos los alumnos tienen debilidades y fortalezas por lo que cualquier alumno puede ayudar y ser ayudado, por ello hay que evitar que siempre sean los mismos alumnos los que presten y reciban la ayuda, favoreciendo el intercambio de roles.
11. **Plan de acogida** con asignación de un compañero mentor que facilite la integración en el grupo, el conocimiento de las normas de centro y de aula, los procedimientos de trabajo.
12. Llegar a **acuerdos docentes sobre el uso de la agenda**, de la pizarra para los deberes, las normas de clase y las medidas de atención a la diversidad a adoptar en función de las necesidades del grupo-clase.
13. Diseñar **recursos para facilitar la coordinación** de las medidas adoptadas por el equipo docente: horarios para temporalizar actividades, fichas de trabajo comunes, uso de la agenda, consenso de las normas de aula...
14. Planificar el seguimiento de los alumnos, a lo largo de las diferentes evaluaciones, priorizando un **seguimiento más personalizado** de los alumnos con TDAH.

El alumnado con TDAH

¿Cómo personalizar el aprendizaje de mi alumno?



Estas medidas deben adoptarse, pensando en potenciar la autonomía en el aula de los alumnos con TDAH, por lo que hay que poner un especial énfasis en el desarrollo de estrategias facilitadoras del aprendizaje y que promuevan su desarrollo personal.

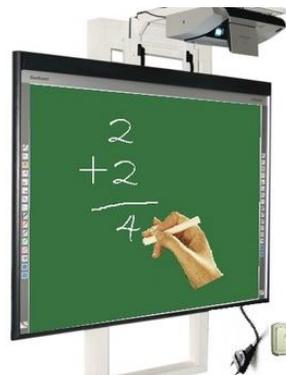


Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



A continuación proponemos algunas medidas relevantes para personalizar la enseñanza y facilitar el aprendizaje de los alumnos con TDAH:

1. **Ubicarlo en el aula** en un lugar donde sea menos vulnerable a estímulos distractores y se sienta apoyado: en un lugar donde tenga una visión frontal de la pizarra, lejos de las ventanas, cerca del profesor, cerca de compañeros tranquilos...
2. Partir de los resultados de la **evaluación inicial** para diseñar su **plan de trabajo personalizado**. Centrarse en los aspectos esenciales de las tareas, evitando actividades rutinarias
3. **En las explicaciones en gran grupo:**
 - ✓ **Priorizar la comprensión del mensaje:** hacerlo accesible, a través de la multisensorialidad, teniendo en cuenta sus conocimientos previos, apoyándonos en el uso de la pizarra, organizadores de la información como diagramas de flujo, las nuevas tecnologías, acompañamiento de claves visuales (en los tdah suele tener prioridad la entrada de información a través del canal visual)...
 - ✓ Programar las explicaciones teniendo en cuenta su capacidad de atención: **dosificar tiempos de escucha**.
 - ✓ **Cuidar el lenguaje:** vocabulario ajustado y comprensible, frases directas, con una estructura sencilla, discurso organizado en el que se enlazan las diferentes partes y se evita saltar de un tema a otro sin hacerlo explícito.
 - ✓ **Sostener su proceso de atención:**
 - Hacerle participar activamente, por ejemplo formularle preguntas para centrar su atención en los aspectos relevantes
 - resaltar conceptos clave en la pizarra
 - hacer recapitulaciones frecuentes de la información presentada.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

4. Anticipar su participación en tareas en gran grupo.

- ✓ Instrucciones claras referidas al uso de los turnos de palabra.
- ✓ **Preparar, de forma previa, su participación en las tareas** en las que pueda tener dificultad y hacerle participar en tareas en las que es competente.

5. Facilitar el trabajo individual:

- ✓ **Adaptar la tarea a su tiempo de atención.**
- ✓ Simplificar y secuenciar los enunciados de las tareas.
- ✓ **Dividir la tarea en partes** y presentárselas de forma secuenciada. Esto hará que se anime a realizar la tarea porque la percibe como más asequible.
- ✓ **Marcar** de forma precisa **el tiempo** asignado a la realización de cada una de las partes de la tarea. Usar recordatorios visuales como pueden ser los relojes de arena.
- ✓ Realizar **revisiones a lo largo del proceso**. Así si necesitamos pedirle que corrija algún error su frustración al tener que rehacer la tarea será menor.
- ✓ **Evitar las correcciones explícitas** de forma reiterada y, antes de realizar una corrección explícita, señalar los aspectos positivos de la tarea.
- ✓ Hacerle consciente de sus progresos de forma explícita.

6. Enseñar estrategias para desarrollar las actividades de aula:

- ✓ Preparar, de forma previa, su participación en las tareas en las que pueda tener dificultad y hacerle participar en tareas en las que es competente.
- ✓ Ofrecer referencias claras sobre la secuencia de pasos necesaria para desarrollar la actividad (uso de autoinstrucciones). Insistir siempre en la necesidad de revisar el resultado obtenido una vez finalizada la tarea.



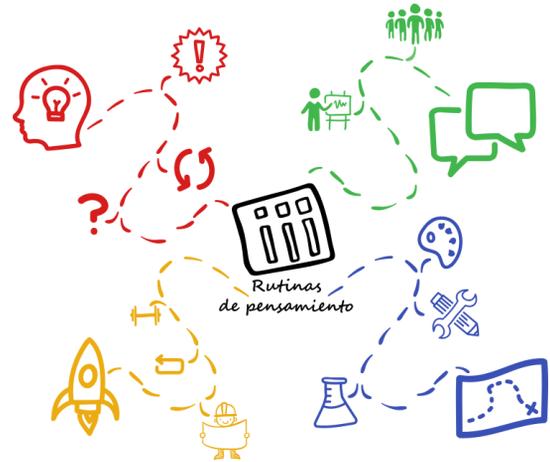
7. Cuidar el desarrollo de su competencia socioemocional

- ✓ Debido a la impulsividad estos alumnos pueden presentar dificultades en sus relaciones sociales con iguales de su misma edad, retraimiento, aislamiento, baja autoestima, ansiedad, etc. Por ello, es fundamental **atender a sus puntos fuertes** y potenciarlos, evitando que todas las referencias a su persona en el aula sean para señalar sus puntos débiles o sus errores. En este sentido es necesario darle oportunidades de éxito en la realización de tareas y evidenciar sus puntos fuertes en el grupo.
- ✓ **Vivenciar el error como algo natural**, hacerle consciente para ayudarle en el proceso de revisión.
- ✓ Evitar hacer correcciones explícitas. Devolver la corrección con la presentación de un modelo correcto.
- ✓ Mantener un **equilibrio entre los refuerzos positivos y los negativos**. Los positivos deben ser lo más inmediatos y frecuentes posibles.
- ✓ Cuando sea posible ignorar sus conductas disruptivas. En paralelo, reforzar la conducta correcta de otros alumnos, evitando señalar de forma reiterada sus incorrecciones.
- ✓ Prestar **atención a la expresión de emociones** para prevenir la aparición de explosiones emocionales.
- ✓ Cuidar y serenar la respuesta ante situaciones de descontrol emocional/conductual.
- ✓ **Modelar habilidades sociales** partiendo de la interacción con sus iguales.
- ✓ **Reforzar su autoestima**. Buscar aspectos en los que destaque y resaltarlos ante sí mismo ante el grupo.
- ✓ **Legalizar su exceso de actividad motriz**: ofrecerle opciones regladas para poder canalizarla. Por ejemplo: darle la posibilidad de moverse asignándole tareas que impliquen movimiento



8. Adaptaciones en la evaluación:

- ✓ Permitirle el **uso de las guías de pensamiento / actividad** (autoinstrucciones) que utilice habitualmente.
- ✓ **Secuenciar las preguntas.** Dárselas por partes.
- ✓ **Segmentar los enunciados**, dividiéndolos en partes y evitando información superflua.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

- ✓ **Subrayar/iluminar conceptos clave.** Encuadrar los datos relevantes de los problemas.
- ✓ Utilizar un lenguaje conocido por el alumno en los enunciados.
- ✓ **Lectura en voz alta de los enunciados.**
- ✓ Permitir **más tiempo o disminuir el número de preguntas.**

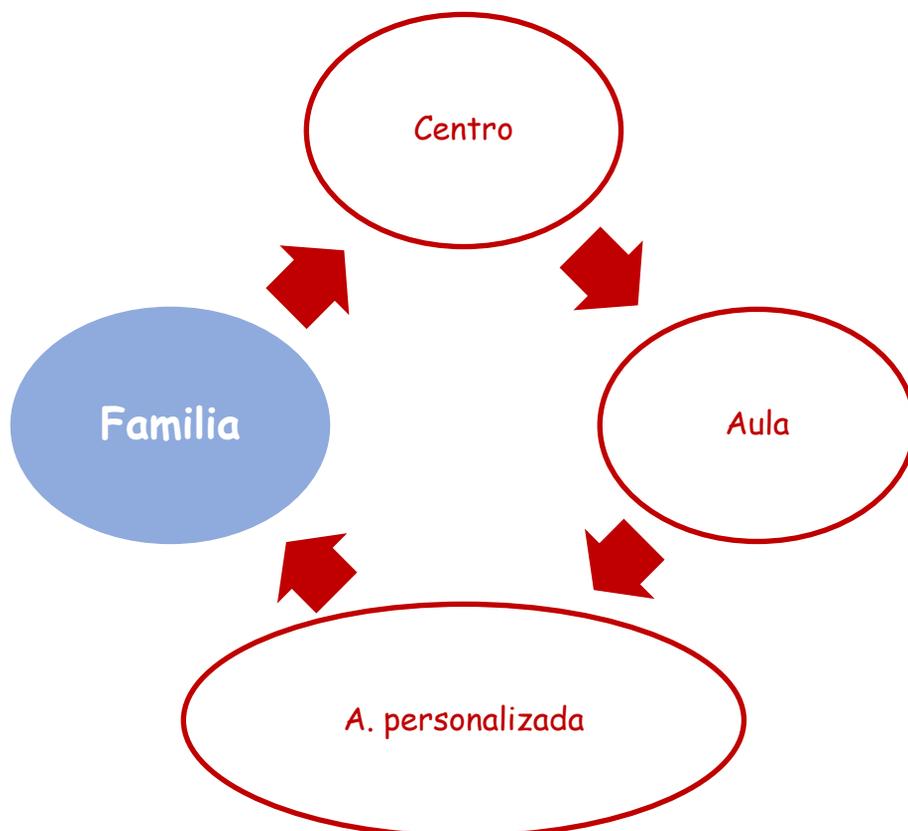


- ✓ Utilizar **marcadores de tiempo** que le faciliten la gestión del tiempo durante la realización de exámenes.
- ✓ Establecer preguntas obligatorias y otras, optativas.
- ✓ Permitir variedad, para poder elegir algunas preguntas, teniendo la misma posibilidad de puntuación.
- ✓ **Sustituir preguntas de desarrollo** por preguntas de V/F, opciones múltiples, relacionar conceptos...

Los alumnos con TDAH

4. ¿Y la participación de la familia?

La colaboración familia-escuela es fundamental en la evolución personal de los alumnos con TDAH. Un abordaje positivo y consensuado de sus necesidades en ambos contextos hace que el pronóstico de su desarrollo a nivel cognitivo, emocional y social sea mucho mejor, facilitando su adaptación a ambos contextos, a la vez que se constituye en un factor protector frente a futuras dificultades.





Familia

LA CLAVE: Facilitar la colaboración familia-escuela



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

1. Mantener una **entrevista inicial** con la familia para conocer al alumno, si es posible, antes del comienzo de curso.
2. Cuidar la información transmitida a las familias en relación con el rendimiento y su conducta en el aula. **Evitar resaltar de forma reiterada los aspectos negativos.**
3. Implicar a la familia en la realización de las tareas escolares en casa, dándoles **pautas claras de cómo realizar un acompañamiento positivo.**
4. Implicar a la familia en el **uso de los facilitadores**, como por ejemplo las autoinstrucciones, utilizadas en el aula como apoyo a la realización de las tareas.
5. Utilizar recursos que garanticen que la familia está correctamente informada de las tareas que debe realizar su hijo (agenda, aula virtual, blog...).
6. Realizar un **uso educativo de la agenda** evitando que se convierta en un instrumento sancionador.
7. Programar **seguimientos periódicos tutor - familia.**
8. Asesorar a la familia para facilitar la participación del alumno en **actividades de ocio constructivo** que le permitan canalizar su exceso de actividad motora, sentirse competentes y que promuevan la relación con iguales.