ADHD
TIPO INATENTO



TDAH son las iniciales de Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad

En la mayoría de los casos, los síntomas pueden entenderse como un trastorno del desarrollo neurobiológico que implican, principalmente, mayor inquietud, impulsividad y falta de atención

El TDAH se describe como una condición y no como una enfermedad

Causas del TDAH
A la hora de desarrollar TDAH, pueden influir factores genéticos y también ambientales. Diversos estudios han mostrado que complicaciones en el embarazo y el parto pueden aumentar el riesgo de padecer TDAH.

TDAH tipo inatento
Entre el 25 y el 30 % de las personas con TDAH presentan importantes dificultades de atención sin mostrar hiperactividad o impulsividad.
En este caso, se utiliza el diagnóstico de TDAH tipo inatento, lo que anteriormente se conocía como TDA.

Se suele diagnosticar más tarde, ya que es más difícil de detectar.
La característica principal de este trastorno son las dificultades de concentración, aunque algunas personas también pueden experimentar inquietud o agitación interior.

Las personas con TDAH de tipo inatento son más calladas y tranquilas; rara vez generan conflictos o molestan a los demás.
Estas personas pueden ser percibidas como "soñadoras", y ser vistas como tímidas, introvertidas, o perezosas. Por lo tanto, algunas personas con TDAH de tipo inatento no detectado pueden tener baja autoestima y baja autopercepción. Pueden sentirse distintos a los demás sin entender por qué.

Las personas con TDAH de tipo inatento tienen dificultades para mantener una estructura en su día a día. Automatizar nuevas rutinas y acciones les lleva tiempo, y rutinas que a otras personas les son sencillas pueden resultar difíciles de llevar a cabo. La corta duración de la atención y el cambio frecuente de foco, así como la facilidad para distraerse con los propios pensamientos y con estímulos externos, dificultan ejecutar las acciones planeadas. Gestionar el tiempo puede resultar una dificultad para muchos.

Signos que pueden indicar TDAH tipo inatento:
- Dificultades para emprender una tarea
- Poca iniciativa a la hora de realizar actividades o quehaceres cotidianos
- Dificultad para finalizar lo comenzado
- Ritmo lento al realizar actividades o tareas
- Algunos pueden ser excesivamente controladores y meticulosos (para compensar su falta de perspectiva general)
- Consumen mucha energía para concentrarse, por lo que pueden cansarse o desanimarse rápidamente.

Las dificultades presentadas pueden ser muy diferentes.



UNA VIDA PLENA PARA LAS PERSONAS CON TDAH

Qué se puede hacer
Cuando se recibe un diagnóstico de TDAH, una evaluación exhaustiva es fundamental para adaptar el tratamiento y las medidas a adoptar. Estas pueden consistir en:

- Información sobre el TDAH
- Adecuación de las condiciones de estudio y/o trabajo
- Asesoramiento para personas con TDAH y su entorno
- Tratamiento con medicación
- Medidas de apoyo y descarga

Dónde conseguir ayuda
Niños y jóvenes:
La evaluación del TDAH suele comenzar mediante la colaboración entre los padres, el médico de cabecera, la enfermera de salud escolar, la escuela y el PPT (Servicio Pedagógico-Psicológico). Para ser diagnosticado, es necesario ser derivado a atención sanitaria especializada, normalmente a BUP (Policlínica de psiquiatría infantojuvenil).

Mayores de 18 años:
La evaluación del TDAH se realiza en consulta y con derivación del médico de cabecera al DPS (Centro de psiquiatría del distrito).

La visión de ADHD Norge es que todas las personas con TDAH tengan una vida plena.