



Manejo de Crisis

Guía práctica para el manejo de crisis de niños y niñas con diagnóstico de TDAH

¿Que es el Trastorno por Deficit de Atención e Hiperactividad?

El Trastorno por Deficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), es una condición neurobiológica que genera que el niño posea un funcionamiento cerebral distinto el cual genera un patrón de comportamiento impulsivo, divagante y con bajo foco atencional, esto debido a una dificultad para controlar sus impulsos y manejar emociones intensas.

Soriano (2011)

Las crisis son episodios en los que la persona con TDAH experimenta una intensa respuesta emocional que se manifiesta a través de comportamientos como:

Agresividad	Golpear, morder, tirar objetos.
Autolesiones	Golpear o morderse a si mismo.
Negativismo	Negarse a realizar actividades, seguir instrucciones o cooperar.
Fugas	Intentar escapar de situaciones o lugares.
Vocalizaciones Fuertes	Gritar o llorar desconsoladamente.
Movimientos Repetitivos	Balancearse, agitar las manos.
Cambios en el patrón del sueño	Dificultad para conciliar el sueño o despertares frecuentes.
Cambios en el apetito	Perdida o aumento del apetito.



Impacto Psicológico en la familia

La salud mental de los padres puede verse impactada debido al estrés generado por un constante estado de angustia vinculado a la crianza de niños neurodiversos, lo que termina impactando directamente en el bienestar y calidad de vida, no solo personal-individual, sino también el de toda la familia en el hogar, ya que esto implica una gran demanda a nivel físico, psíquico y económico para poder afrontar las alteraciones sociales, cognitivas, comunicativas y de conducta que ellos presentan.

Abidin (1990)

Sin embargo, cuando los padres son capaces de participar activamente en la intervención, la eficacia de la misma aumenta.

Al aplicar los programas del terapeuta también en casa por los padres, se reducen los niveles de estrés en el hogar ya que se adopta una perspectiva del trastorno más positiva y optimista debido a que según Dawson et al. (2010), los avances en el aprendizaje son más rápidos.

¿Cómo prevenir la crisis?

1. Flexibilizar las rutinas:

Las rutinas proporcionan seguridad, pero es importante hacerles entender que estas no siempre serán posibles, introduciendo cambios gradualmente.

2. Fomentar la independencia:

Ayudar al niño a desarrollar habilidades para la vida diaria que puedan aumentar su autoestima, inteligencia emocional y reducir la frustración.

3. Celebrar los logros:

Reconocer y celebrar los pequeños avances puede motivar al niño.

4. Enseñar previamente habilidades de autoregulación:

Enseñar técnicas de relajación, respiración profunda y del manejo de la ira para ayudar al niño a autogestionar sus emociones.

5. Identificar desencadenantes sensoriales:

Observar qué estímulos (ruidos fuertes, luces brillantes, texturas específicas) desencadenan las crisis y minimizar la exposición a ellos.

¿Que hacer frente a una crisis?

1. Mantener la calma:

Ejemplifica una respuesta calmada y controlada ante la crisis del niño.

2. Proporcionar un espacio seguro:

Llevar al niño a un lugar tranquilo y seguro donde pueda calmarse.

3. Utilizar frases cortas y claras:

Dar instrucciones simples y directas.

4. Evitar castigos físicos:

Los castigos físicos pueden empeorar la situación y dañar la relación con el niño.

5. Proporcionar herramientas sensoriales:

Ofrecer objetos o actividades que proporcionen una entrada sensorial positiva

(pelotas antiestrés, abrazos fuertes, masajes haciendo presión en palmas de las manos, auriculares con cancelación de ruido, plastilina, hielo de una mano a otra).

