

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH): Un recorrido por las tendencias psicológicas

Nikole Mercedes Andrade Tubay

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-8721-6178>

Correo: nandrade6407@utm.edu.ec

Universidad Técnica de Manabí
Portoviejo, Ecuador

Recibido: 02/09/2024 – Aceptado: 14/10/2024 – Publicado: 16/12 /2024

Resumen

El Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH) es uno de los trastornos neurobiológicos más estudiados y discutidos en el ámbito de la psicología. Caracterizado por síntomas de inatención, hiperactividad e impulsividad, afecta tanto a niños como a adultos, impactando significativamente en su vida académica, social y laboral. A medida que la comprensión científica sobre esta condición ha avanzado, también lo han hecho los enfoques terapéuticos y sus estrategias de manejo, buscando no solo reducir los síntomas conductuales, sino también mejorar la calidad de vida de los afectados a través de intervenciones personalizadas y adaptativas. El presente artículo explora las tendencias psicológicas actuales en el tratamiento del TDAH, destacando la importancia de abordajes integradores que consideren tanto los aspectos biológicos como los psicosociales desde distintas tendencias psicológicas que abordan el trastorno como los enfoques Cognitivo-Conductual, Psicoanalítico, Gestalt, Sistémico, Humanista y otras prácticas innovadoras que complementan estas perspectivas con sus múltiples técnicas para ofrecer soluciones efectivas y sostenibles a largo plazo. Además, se describe la importancia de un tratamiento personalizado para mejores resultados en el desempeño diario de los individuos.

Palabras Clave: Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH); tendencias psicológicas; enfoques terapéuticos; tratamiento personalizado.

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD): A review of psychological trends

Abstract

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is one of the most studied and discussed neurobiological disorders in the field of psychology. Characterized by symptoms of inattention, hyperactivity, and impulsivity, it affects both children and adults, significantly impacting their academic, social, and work life. As scientific understanding of this condition has advanced, so have therapeutic approaches and management strategies, seeking not only to reduce behavioral symptoms but also to improve the quality of life of those affected through personalized and adaptive interventions. This article explores current psychological trends in the treatment of ADHD, highlighting the importance of integrative approaches that consider both biological and psychosocial aspects from different psychological trends that address the disorder such as Cognitive-Behavioral, Psychoanalytic, Gestalt, Systemic, Humanistic approaches, and other innovative practices that complement these perspectives with their multiple techniques to offer effective and sustainable long-term solutions. In addition, the importance of personalized treatment for better results in the daily performance of individuals is described.

Keywords: Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD); psychological trends; therapeutic approaches; personalized treatment.

Introducción

A través del tiempo, el ser humano ha vivido diversos eventos históricos que trajeron consigo un mundo creciente a pasos agigantados, y a la vez, un lugar en donde las demandas y expectativas sociales son cada vez mayores, dando génesis a distintos padecimientos, como lo es el Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH). Tradicionalmente, se ha asociado con la infancia; sin embargo, cada vez se reconoce más su persistencia en la vida adulta, afectando significativamente la calidad de vida de quienes lo padecen. Aquel puede manifestarse de diversas maneras, por ejemplo, la dificultad para mantener la atención, impulsividad, baja tolerancia a la frustración, entre otras.

Su alta prevalencia y el gran impacto que tiene en la vida diaria de los individuos, independientemente de su edad hace relevante abordar el TDAH desde varias tendencias psicológicas. Mayo Clinic (2019) describe el TDAH como una condición crónica que afecta a niños y adultos, manifestándose principalmente en problemas persistentes como la falta de atención, hiperactividad e impulsividad.

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

Este trastorno no solo afecta a niños y jóvenes en su desarrollo académico y social, sino que también puede permanecer en la vida adulta, interfiriendo en el desempeño laboral, las relaciones interpersonales y el bienestar emocional de quienes lo padecen, lo que recalca la necesidad de un diagnóstico preciso y un tratamiento eficaz.

Sin una intervención adecuada, las personas enfrentan un mayor riesgo de desarrollar comorbilidad con la depresión, ansiedad y el abuso de sustancias, además de dificultades en la gestión del tiempo, la organización y la autorregulación emocional. Si bien puede ser desafiante, también ofrece oportunidades significativas para mejorar la vida de quienes lo padecen mediante un tratamiento adecuado.

Ante ello, el presente ensayo expone una gama de métodos terapéuticos disponibles desde varias tendencias psicológicas para el tratamiento del TDAH, abarcando enfoques cognitivo-conductuales, psicoanalíticos, humanistas, entre otros. Se dará a conocer el abordaje terapéutico en cada uno de estos enfoques, revelando como el impacto de cada enfoque en la mejora de los síntomas y la calidad de vida de los pacientes, con la finalidad de comprender las prácticas actuales, expandir conocimientos y despertar el interés de la investigación a nuevos profesionales de la psicología y de la salud para la obtención de nuevos aportes.

Material y método

Se realizó una revisión narrativa para explorar las diversas tendencias psicológicas aplicadas al tratamiento del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). El objetivo principal fue identificar y analizar los enfoques terapéuticos más utilizados en la actualidad, incluyendo el enfoque cognitivo-conductual, psicoanalítico, sistémico, humanista, y otras prácticas innovadoras.

Para la revisión, se recopilaron artículos científicos publicados entre los años 2019 y 2024 en bases de datos especializadas como PubMed, PsycINFO y Google Scholar. Se utilizaron palabras clave como "TDAH", "terapia cognitivo-conductual", "psicoterapia", "tratamiento psicológico en adultos" y "enfoques terapéuticos integradores". Los estudios seleccionados debían cumplir con los siguientes criterios de inclusión:

Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH): Un recorrido por las tendencias psicológicas

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

- Artículos con evidencia empírica sobre el tratamiento del TDAH en niños y adultos.
- Estudios revisados por pares que aborden enfoques terapéuticos desde distintas tendencias psicológicas.
- Textos en español e inglés con acceso libre.

Se excluyeron estudios que no presentaran enfoques terapéuticos actualizados o que se centraran únicamente en intervenciones farmacológicas. La revisión se enfocó en comparar los efectos de los diferentes enfoques sobre los síntomas de inatención, hiperactividad e impulsividad, así como en la mejora de la calidad de vida de los pacientes con TDAH tras su abordaje.

Desarrollo

En los últimos años, varios eventos históricos como la pandemia o desastres naturales han traído consigo el descubrimiento de múltiples afecciones físicas y psicológicas, un ejemplo de ellos es el florecimiento de nuevos casos de TDAH.

Barzallo (2019) describe el TDAH de la siguiente manera:

El trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH) es un trastorno neurobiológico que aqueja tanto a adultos como a niños. Es descrito como un patrón persistente o continuo de inatención y/o hiperactividad e impulsividad que impide las actividades diarias o el desarrollo típico. Es una condición de comportamiento con síntomas persistentes y generalizados de falta de atención, hiperactividad e impulsividad. Los síntomas afectan el funcionamiento cognitivo, académico, conductual, emocional y social. (p.78)

En otras palabras, el autor refiere que el TDAH se caracteriza por un patrón persistente de inatención y comportamientos impulsivos que dificultan el desarrollo adecuado y el rendimiento diario de quienes lo padecen, afectando diversas esferas vitales. Conjuntamente, es un trastorno del neurodesarrollo que puede afectar a todas las edades. Entender y estudiar este trastorno es crucial para mejorar significativamente la calidad de vida de quienes lo experimentan.

En relación a la prevalencia, Escofet Soterías et al. (2022), expresa el TDAH se da generalmente en la edad pediátrica, llega a afectar en algunos estudios hasta al 7% de los niños en

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

edad escolar y persiste en el 4,5% de los adultos. Su presencia puede producir una significativa repercusión en el individuo tanto a nivel académico y laboral como en sus relaciones personales o a nivel familiar. Por ello, es importante identificarlo lo antes posible y realizar un correcto abordaje tanto desde el ámbito médico como desde el educativo.

Conjuntamente, Barzallo (2019) expone una revisión sobre los tratamientos del TDAH en Latinoamérica, en donde queda demostrado que menos de 7% de los niños siguen algún tratamiento farmacológico y menos de 23%, un tratamiento psicosocial. Además, un dato relevante es que la tasa de separaciones y divorcios es mayor en familias con TDAH, en donde se desautoriza uno al otro y la convivencia es muy difícil.

La pérdida de productividad observada en el TDAH puede ser causada en parte por un mal manejo del tiempo, la dilación y la distracción, factores que también tienen un impacto negativo en la calidad de vida. La calidad de vida puede verse afectada por comorbilidades como la ansiedad y los trastornos del estado de ánimo, que son comunes en adultos con TDAH (Pawaskar et al.,2020).

En definitiva, con una adecuada prevención y mayores herramientas para abordar una determinada situación, es posible obtener mejores resultados y soluciones acertadas, y la gestión del TDAH no es una excepción. Conocer sobre su impacto y distintas manifestaciones es clave para su abordaje, ya que tiene el poder de permanecer a través del tiempo con nuevas o acrecentadas limitaciones según las herramientas obtenidas a lo largo del tiempo.

Abordajes Terapéuticos desde Diversas Tendencias Psicológicas

En la actualidad, afortunadamente existen diferentes abordajes terapéuticos del TDAH que han demostrado ser eficaces y seguros, adaptados a la necesidad del paciente y muchas veces utilizados en conjunto.

Ante ello, Barzallo (2019) expresa:

Algunas formas leves de Trastornos por déficit de atención e hiperactividad se pueden controlar a veces con tratamiento no farmacológico. Sin embargo, los expertos indican que el tratamiento más eficaz para el TDAH es la intervención actualizada en forma multimodal, es decir, la combinación de tratamiento farmacológico, intervención psicológica,

Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH): Un recorrido por las tendencias psicológicas

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

intervención familiar e intervención escolar. El uso de la medicación es por tanto un pilar más del tratamiento para el TDAH. (p.83)

El manejo del TDAH requiere de un abordaje completo. Escofet Soteras et al. (2022), asevera que se necesita de un acompañamiento integral, tanto del médico en atención primaria, psicólogo y de los terapeutas como de integrar las expectativas y objetivos del individuo y/o de sus padres. Como primer paso, informar sobre el trastorno, las expectativas y qué estrategias de intervención es posible ofrecer. Además, es importante establecer objetivos realistas es el primer paso para valorar los avances alcanzados.

Enfoque Cognitivo-Conductual

El enfoque cognitivo conductual (TCC) se ha consolidado como una intervención eficaz para el tratamiento del TDAH. Consiste en modificar patrones de pensamiento y comportamiento disfuncionales mediante técnicas estructuradas y orientadas a objetivos. A través del mismo, los pacientes desarrollan habilidades para manejar su atención, regular su comportamiento y mejorar su organización y planificación.

Pacheco et al. (2023) refieren:

La TCC logra identificar cuáles son las técnicas de intervención usadas para el tratamiento del TDAH bajo el modelo cognitivo conductual, donde se encontraron técnicas como resolución de problemas, economía de fichas, psicoeducación, entrenamiento en habilidades sociales, autoinstrucciones, mindfulness y técnicas de control físico, relajación y respiración. (p.113)

Del mismo modo, Escofet Soteras et al. (2022) expresan que dentro de los tratamientos no farmacológicos se encuentra la psicoeducación y la psicoterapia, los cuales deben ser la opción principal en los menores de 6 años. Se debe realizar una intervención psicoeducativa con los padres, tanto individual como grupal, e intervenciones psicopedagógicas en la escuela, que incluyan refuerzo educativo, adaptaciones metodológicas, entrenamiento en técnicas y hábitos de estudio, fomento de la autonomía y la autoestima sin olvidar la terapia relacional.

Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH): Un recorrido por las tendencias psicológicas

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

De acuerdo con lo expresado, la importancia de un enfoque integral es crucial, en donde se involucren tanto los profesionales de la salud como los padres del paciente en el proceso terapéutico. Uno de los tratamientos con mayor aceptación para este trastorno pertenece al enfoque cognitivo-conductual, al tener un poder preventivo, breve y a la vez formador. Por ello, Escofet Soteras et al. (2022) afirma:

En cuanto a la psicoterapia, la que más evidencia tiene es la terapia conductual, que debe ser la primera opción en el TDAH del preescolar (4-5 años). La terapia conductual junto a los cambios en el ambiente permite mejorar la interacción entre padres e hijos y reducir las conductas disruptivas, de manera que se favorezca el aprendizaje, junto a las adaptaciones metodológicas y ambientales en el aula. (p. 89)

De esta manera, la detección temprana y la psicoterapia son cruciales para un tratamiento eficaz. Las intervenciones incluyen la reestructuración cognitiva, el entrenamiento en habilidades sociales y técnicas de manejo del tiempo y el estrés permiten a los individuos alcanzar un funcionamiento más adaptativo y satisfactorio en su vida diaria. Además, ofrece un espacio seguro para que los individuos y sus familias comprendan mejor el TDAH y aprendan estrategias para enfrentarlo, promoviendo así una mejor calidad de vida y un desarrollo más armonioso.

Enfoque Psicoanalítico

En el panorama de la terapia psicoanalítica, el tratamiento del TDAH se enfoca en explorar los aspectos emocionales y subconscientes del individuo. En la actualidad, desde las intervenciones farmacológicas se esperan rápidos resultados y una efectividad en el control del comportamiento mientras que, desde lo no farmacológico, en las terapias de conducta; sin embargo, Perdomo Quiñonez et al. (2021) expresan que, al prometer eficacia y felicidad, estas terapéuticas podrían terminar alejándose de la práctica clínica como intervención e identificando al ser del niño con los trastornos.

En relación a lo comentado por los autores, se exponen observaciones entre las intervenciones farmacológicas y conductuales frente a las terapias psicoanalíticas en el tratamiento del TDAH. Mientras que en el primer escenario se buscan resultados rápidos y control del

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

comportamiento, entrenamiento a padres y maestros en habilidades sociales e intervenciones pedagógicas, la terapia psicoanalítica explora los conflictos emocionales internos y factores subconscientes que influyen en el comportamiento. También, realiza énfasis en que el prometer eficacia y felicidad podría despersonalizar al niño y alejarse de una práctica clínica integral.

La exploración de los conflictos emocionales internos puede resultar beneficiosa en ciertos casos, especialmente cuando se presentan comorbilidades como la ansiedad o la depresión. Para maximizar los beneficios, podría ser útil integrar este enfoque con terapias que actúen directamente sobre los síntomas conductuales, proporcionando un tratamiento más equilibrado que abarque tanto el comportamiento como las emociones. Aquello permitiría al paciente recibir un apoyo más completo, sin descuidar ninguna de sus dimensiones.

Enfoque Humanista

El enfoque humanista ofrece una perspectiva que se enfoca en la experiencia subjetiva y en el potencial de crecimiento del paciente; no obstante, la falta de un proceso formal de evaluación, como lo destacan algunos psicólogos humanistas podría ser una desventaja. Ante ello, Orozco et al. (2021) refieren:

Es llamativo que algunos psicólogos, en particular aquellos que trabajan desde un enfoque humanista, afirman no proponer a sus pacientes un proceso formal de evaluación, aun cuando pronuncian el diagnóstico de TDAH. En cuanto al tipo de herramientas de evaluación y diagnóstico, todos los participantes enfatizan la importancia de la observación clínica (calidad del contacto con el niño, establecimiento del vínculo terapéutico y juego diagnóstico), seguido de la entrevista con los padres. (p. 107)

Un dato de gran interés y ventaja es que algunos psicólogos, en particular aquellos que trabajan desde un enfoque humanista, afirman no proponer a sus pacientes un proceso formal de evaluación, aun cuando pronuncian el diagnóstico de TDAH. Aunque utilizan los criterios del DSM-5 como referencia, prefieren centrarse en la observación clínica detallada, la calidad del contacto con el niño y la entrevista con los padres, subrayando la importancia de la comprensión

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

profunda y personalizada del paciente, más allá de las herramientas estándar de evaluación, pensando en el ser humano más allá de ser encasillado.

Aunque la observación clínica y el contacto con el paciente son cruciales, es necesario complementarlos con herramientas de evaluación estructuradas que permitan una comprensión más precisa de los síntomas. El riesgo de depender únicamente de la observación es que se pueden pasar por alto aspectos importantes del trastorno, lo que lleva a diagnósticos incompletos o tratamientos menos efectivos. Por lo tanto, sería ideal que los terapeutas humanistas combinaran su enfoque con técnicas más tradicionales, proporcionando así un equilibrio entre una comprensión profunda del ser humano y un diagnóstico más preciso.

Enfoque Sistémico

En el tratamiento del TDAH, el enfoque sistémico obtiene relevancia al reconocer la interacción dinámica entre el individuo y su entorno familiar. De este modo, Zambrano Sánchez et al., (2014), narran que es muy importante incluir a la familia en el tratamiento, al encontrar estrecha relación entre los comportamientos de la paciente con las actitudes de sus familiares.

Tras la revisión temática de la calidad de vida en el infante con TDAH, Quintero-Olivas, Pérez & Hernández-Murúa (2021) expresan que el modelo sistémico aplicado a la intervención profesional con familias y otros sistemas, debe tener en cuenta las características de interrelación y de causalidad circular de los componentes entre sí y de estos con el sistema en su totalidad, entendiendo que el todo es más que la suma de las partes.

Este enfoque no solo considera los síntomas del paciente, sino también cómo las relaciones familiares y las actitudes de los miembros pueden influir significativamente en el curso y la respuesta al tratamiento. Ante ello, Caviglia (2022) expresa:

Las familias con hijos con este diagnóstico presentan un estrés parental más elevado que aquellas con hijos con desarrollo típico, además de tener mayor tendencia a presentar diferentes trastornos psicológicos, tales como ansiedad o depresión. Además, el estilo parental que se encuentra generalmente es el autoritario. Las intervenciones con mayor eficacia son la terapia multisistémica y el entrenamiento a padres, que han logrado conseguir resultados positivos en

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

cuanto a la disminución del estrés parental y la promoción de comportamientos prosociales en los niños. (p. 7)

Conjuntamente, López et al. (2023) expresan que “la intervención en casos de pacientes con TDAH se debe abordar desde los contextos: educativo, social y familiar. Lo que implica un abordaje holístico, en el que se implique a maestros, compañeros de aula y autoridades educativas” (p.140).

El enfoque sistémico reconoce la importancia de la interacción entre el individuo y su entorno familiar, algo crucial para el manejo del TDAH. Al considerar cómo las relaciones familiares y sociales influyen en el trastorno, este enfoque puede ofrecer un tratamiento más integral y efectivo; no obstante, uno de los mayores desafíos de este enfoque es asegurar la colaboración de todos los miembros del sistema, como maestros, padres y terapeutas. Por ello, Zambrano Sánchez et al. (2014) ratifican:

Los niños con TDAH pueden mostrar deficiencias en los factores Vida Familiar y Relacional y Rendimientos. Algunas características del niño como la desobediencia, la impulsividad y las fluctuaciones en su comportamiento repercuten en el bienestar emocional de la familia. En general, se observa que las familias necesitan la orientación oportuna y adecuada que les permita mejorar la relación con sus hijos que lo padecen y de esta manera lograr una mejor calidad de vida.

Sin una participación activa de estos actores clave, los progresos en el tratamiento pueden ser limitados o incluso revertidos. Por ello, es fundamental que el profesional encargue la comunicación y el trabajo conjunto entre todas las partes involucradas, para asegurar un apoyo coherente y constante al paciente. Solo así se podrá optimizar el proceso terapéutico y alcanzar mejores resultados a largo plazo.

Enfoque Gestáltico

El enfoque gestáltico, al centrarse en la experiencia sensorial y la autoconciencia, puede ser muy valioso para los pacientes con TDAH, quienes a menudo experimentan dificultades para regular su atención y emociones. Ante ello, Santos Tessaro & Veiga Lima (2020) afirman:

Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH): Un recorrido por las tendencias psicológicas

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

La terapia Gestalt contribuye a esta reflexión basada en la comprensión del síntoma como ajuste creativo, que aparece como un intento de neutralizar la angustia y apunta a necesidades gestálticas abiertas, insatisfechas. Más que enmarcar un niño en una categoría diagnóstica, atribuyéndole el estigma asociado, es necesaria apreciar la totalidad que sustenta la sintomatología en cuestión. (p. 440)

El terapeuta Gestalt, en un entorno institucional, debe considerar tanto al individuo con TDAH como a las demás personas que configuran la institución. Esto implica un abordaje integral donde se atiende no solo al individuo diagnosticado, sino también a la dinámica del entorno institucional, promoviendo el desarrollo de la autosuficiencia y la conciencia a través de intervenciones específicas y adaptadas a las necesidades del niño y su ambiente.

Otro punto importante es el desarrollo de la conciencia en el niño. Para ello, los autores sugieren dos abordajes principales: contacto Sensorio-Motor, en el cual brinda dos propuestas relevantes, brindar oportunidades para el contacto sensorio-motor brindando un efecto calmante a través de actividades como el uso de arcilla, arena, agua y pintura con los dedos y el contacto visual y físico. Las intervenciones deben centrarse en el desarrollo de la autosuficiencia. Por ello, es esencial ayudar al sujeto a desarrollar la capacidad de ser más consciente de sí mismo, ya que el autoconocimiento y la autoaceptación son cruciales para el autoapoyo.

El seguimiento del movimiento de la atención, permite enfocarse en lo que le interesa en cada momento. Además, la terapia Gestalt implica observar, sentir y hablar sobre su experimentación, comprender sus acciones y sentimientos sin juicio. De este modo, reconoce y respeta la singularidad de la experiencia temporal del niño con TDAH; no obstante, la naturaleza introspectiva de este enfoque podría no ser adecuada para todos los casos, especialmente en los que se requiere una intervención más estructurada para tratar síntomas severos. Por lo cual, la combinación del enfoque gestáltico con terapias más directivas podría ofrecer un mejor equilibrio entre el autoconocimiento y el manejo práctico de los síntomas.

Otras Prácticas Terapéuticas

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

De acuerdo con Hernández, Plaza & Kreither (2021), los abordajes terapéuticos aplicados a grupos experimentales, tales como el Mindfulness y la TCC, resultaron ser más efectivos que los tratamientos usuales, los que incluyen, por lo general, manejo farmacológico y/o psicoeducación. (p. 8)

Respecto al abordaje del TDAH desde el Mindfulness, se lograron identificar algunos de los avances que ha alcanzado la utilización de estrategias de meditación en el mejoramiento de los procesos cognitivos, principalmente en atención; no obstante, Guzmán-Cortés, Calvillo & Villalva-Sánchez (2019) expresan algunas observaciones:

La investigación sobre los efectos del Mindfulness en el cerebro es prometedora, ya que sugiere que esta práctica no solo mejora los síntomas de atención en el TDAH, sino que también podría tener un impacto neuroprotector; sin embargo, es fundamental llevar a cabo más estudios que confirmen estos hallazgos preliminares. (p.4)

Aún no es posible determinar con exactitud qué tan duraderos son estos cambios neuroanatómicos o cómo afectan a largo plazo a personas con TDAH. A pesar de ello, la inclusión del Mindfulness en las terapias integrales parece ser un complemento valioso en desarrollo y sustentabilidad.

Por otro lado, Eraud (2020) menciona al método Horse emotion, el cual contiene herramientas y estrategias para monitorizar el tratamiento del TDAH como el cuestionario psico-emocional, de comunicación y de socialización, las opiniones de los otros profesionales, el feedback de los padres y en el futuro, dos herramientas para medir la coherencia cardíaca y la postura del jinete. Crear juegos en relación con las tareas escolares, enseñar al niño yoga y las técnicas de mindfulness encima del caballo y usar la sesión con el caballo para crear actividades creativas.

En efecto, las innovaciones propuestas a través de la monitorización de los efectos de la terapia, las estrategias didácticas y la inclusión están alineadas con la definición de acciones prosociales, aumentando la probabilidad de generar una reciprocidad positiva de calidad en las relaciones interpersonales o sociales consecuentes, mejorando la identidad, la autonomía, la creatividad y la iniciativa de los individuos o grupos implicados. De este modo, podría ser una buena alternativa combinada con un abordaje integral.

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

Importancia de un Enfoque Personalizado

Abordar el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) desde un enfoque personalizado ofrece una serie de beneficios significativos para los pacientes. Según Linares Castellanos (2024), la importancia de un abordaje multidisciplinario y la adopción de técnicas de vanguardia en el tratamiento de trastornos complejos del neurodesarrollo, promueve un enfoque integral que prioriza el bienestar y el desarrollo pleno del niño.

La TCC permite al paciente identificar y modificar patrones de pensamiento disfuncionales y desarrollar habilidades para manejar sus emociones y comportamientos. Además, se sugiere implementar la educación psicoeducativa y terapia centrada en la familia para fortalecer la comprensión del trastorno y mejorar la comunicación familiar. (González et al., 2024)

De este modo, personalizar los tratamientos según las características individuales de cada persona no solo mejora la efectividad terapéutica, sino que también optimiza la respuesta al tratamiento. Integrar contribuciones de distintas tendencias psicológicas permite adaptar las intervenciones para abordar no solo los síntomas del TDAH, sino también las necesidades emocionales y sociales únicas de cada individuo. Aquella personalización también sucede con la dosificación de medicamentos según el tratamiento en conjunto brindado por el médico especialista y el psicólogo.

Conclusiones

El enfoque integrador hacia el Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH) refleja una evolución significativa en las prácticas psicológicas contemporáneas. Este enfoque no solo se centra en mitigar los síntomas conductuales, sino que también se orienta hacia el fortalecimiento de habilidades adaptativas y el desarrollo de estrategias de afrontamiento personalizadas. Al incorporar diversas tendencias psicológicas, como la Cognitivo-Conductual, la Psicoanalítica, Gestalt, Sistémica y la Humanista y demás prácticas innovadoras que resultan complementarlas, es posible diseñar planes de tratamiento holísticos que aborden tanto los déficits como los desafíos emocionales subyacentes, mejorando la calidad de vida de los pacientes. Además,

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

al considerar el entorno del individuo desde varias perspectivas y medidas, se fortalece el apoyo social y se crea un ambiente propicio para su crecimiento personal.

En la vida adulta, la gestión efectiva del TDAH a través de un tratamiento personalizado es crucial para mitigar sus impactos en la carrera, trabajo, las relaciones personales y la salud mental. Un enfoque integrador que considera las necesidades individuales no solo ayuda a reducir los síntomas conductuales, como la impulsividad y la falta de concentración, sino que también fomenta el desarrollo de estrategias adaptativas que mejoran la calidad de vida general.

La intervención temprana en la infancia y adolescencia proporciona una base sólida para el manejo a largo plazo del TDAH en la edad adulta. La detección precoz y la intervención temprana reducen los síntomas durante la infancia y establecen patrones de comportamiento y adaptación que pueden persistir en la vida adulta. Por lo tanto, un enfoque personalizado y temprano en el tratamiento del TDAH no solo optimiza los resultados a corto plazo al manejar los síntomas específicos de la condición, sino que también establece una base sólida para el bienestar a largo plazo. Al adaptar las intervenciones a las necesidades individuales y considerar el contexto personal y social de cada paciente, los profesionales pueden no solo mejorar la calidad de vida del individuo, sino también promover una mayor autonomía y satisfacción en todas las etapas de la vida.

Referencias bibliográficas

- Barzallo, P. (2019). Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad. *Ateneo*, 19(1), 77-86. <https://colegiomedicosazuay.ec/ojs/index.php/ateneo/article/view/40>
- Caviglia, F. (2022). TDAH y familia: el rol del entrenamiento a padres en un abordaje sistémico. In *XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIX Jornadas de Investigación. XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. IV Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. IV Encuentro de Musicoterapia*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-084/203>
- Eraud, A. (2020). Una propuesta de intervención de equinoterapia para niños con TDAH desde una perspectiva de protección animal. In *Derecho Animal. Forum of Animal Law Studies*, 11(2), 107-125. <https://doi.org/10.5565/rev/da.495>

Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH): Un recorrido por las tendencias psicológicas

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

- Escofet Soteras, C. E., Fernández Fernández, M. A., Torrents Fenoy, C., del Valle, F. M., Cervera, R.G., & Machado Casas, I. S. (2022). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). *Protoc diagn ter pediatr*, 1, 85-92.
<https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/09.pdf>
- González, L. M. T., Arango, J. M. T., Torres, M. Y. B., Gómez, S. S. B., & Sampayo, S. D. S. H. (2024). TDAH en Niños y Adultos: Actualización. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(4), 679-693. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12314
- Guzmán-Cortés, J. A., C. Calvillo, H., Bernal, J., & Villalva-Sánchez, Ángel F. (2019). Beneficios de la práctica de Mindfulness y el proceso atencional: una revisión teórica sobre su relación. *DIVULGARE Boletín Científico De La Escuela Superior De Actopan*, 6(11).
<https://doi.org/10.29057/esa.v6i11.3758>
- Hernández, F., Plaza, J., & Kreither, J. (2021). Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad en adultos: Una revisión sistemática de abordajes terapéuticos. *Psicoperspectivas*, 20(1), 44-55.
<https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol20-Issue1-fulltext-2095>
- Linares Castellanos, R., & Linares Castellanos, S. (2024). Nuevos enfoques terapéuticos en el tratamiento de trastornos del neurodesarrollo como el TDAH y el TEA. *Compartir*, 17, 8.
<https://plazamayormadrid4c.es/nuevos-enfoques-terapeuticos-en-el-tratamiento-de-trastornos-del-neurodesarrollo-como-el-tdah-y-el-tea/>
- López, C. F. M., Castro, M. J. C., Ponluisa, B. A. P., Sangotuña, J. J. C., Campaña, M. J. A., & Poveda, N. W. O. (2023). Esfera familiar, escolar y social del TDAH: una revisión teórica. *Etic@ net. Revista científica electrónica de Educación y Comunicación en la Sociedad del Conocimiento*, 23(1). <http://doi.org/10.30827/eticanet.v23i1.27051>
- Orozco, E. I. L., Márquez, G. A. P., & Morillo, J. D. R. J. (2021). Principales dificultades para el diagnóstico del TDAH en niños en Ecuador. *Revista Scientific*, 6(22), 96-116.
<https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2021.6.22.5.96-116>
- Pacheco, J. F. G., Blanco, K. D. J., Gómez, Y. M. R., & Rodríguez, E. A. P. (2023). El TDAH en Niños y las Técnicas de Intervención en la Terapia Cognitivo Conductual: Revisión Documental entre 2014 y 2021. *Análisis y modificación de conducta*, 49(181), 103-114.
<https://doi.org/10.33776/amc.v49i181.7752>
- Pawaskar, M., Fridman, M., Grebla, R., & Madhoo, M. (2020). Comparación de calidad de vida, productividad, funcionamiento y autoestima en adultos diagnosticados de TDAH y con TDAH sintomático. *Revista de trastornos de la atención*, 24(1), 136- 144.
<https://doi.org/10.1177/1087054719841129>
- Perdomo Quiñonez, X. Y., Gómez Giraldo, C. E., Arango Giraldo, A., Restrepo Botero, J. C., & Arturo Bastidas, J. C. (2021). Efectos de la intervención terapéutica de orientación

DOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.008>

psicoanalítica en niños con TDAH. *Affectio Societatis*, 18(35).

<https://doi.org/10.17533/udea.affs.v18n35a03>

Quintero-Olivas, D. K., Pérez, E. M. R., & Hernández-Murúa, J. A. (2021). Calidad de vida familiar y TDAH infantil. Perspectiva multidisciplinar desde la educación física y el trabajo social. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 22(1). <http://doi.org/10.29035/rcaf.22.1.1>

Santos Tessaro, L. G. S., & Veiga Lima, A. M. (2020). TDAH en el campo de la asistencia social: posibilidades para una clínica extendida. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 26(spe), 438-448. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rag/v26nspe/v26nspea09.pdf>

Zambrano Sánchez, E., Del Río-Carlos, Y., Vázquez, F., Alfaro, A. (2014, 24 de agosto). Terapia familiar sistémica en el tratamiento del trastorno por déficit de atención. *Revista Psicología Científica.com*, 16(7). <https://psicologiacientifica.com/terapia-familiar-sistemica-tdah/>

Responsabilidades éticas:

La autora declara que en esta investigación no se realizaron experimentos con seres humanos.

Financiación:

Esta investigación no contó con financiamiento de entidades públicas y/o privadas. La investigación fue autofinanciada por la autora.

Conflictos de interés:

La autora declara no tener conflictos de interés respecto a esta investigación, el artículo forma parte del proyecto aprobado para su titulación de maestría.