

Dificultades propias del TDAH: Las funciones ejecutivas

Las dificultades propias del TDAH se encuentran en las **funciones ejecutivas**. **Las funciones ejecutivas** consisten en el mantenimiento de la actividad cognitiva del sujeto sobre un determinado tipo de estímulo o de tarea a lo largo del tiempo (regulación de la atención sostenida).

El ejercicio de las funciones ejecutivas depende **del plan que se ha trazado el sujeto para alcanzar una meta**; así, a la vez que el sujeto focaliza la atención, debe ser capaz de rechazar estímulos irrelevantes para ejecutar bien la tarea propuesta.

El inadecuado funcionamiento de estas funciones se manifiesta en los siguientes rasgos predominantes en los niños con TDAH:

1. Su inadecuada respuesta inhibitoria, dificultades en el control de impulsos y dificultades en la capacidad para demorar recompensas.
2. Su excesiva actividad en tareas irrelevantes o bien su pobre regulación de la actividad frente a la exigencia de una determinada situación.
3. Sus dificultades en la regulación de las emociones, la motivación y el estar alerta.
4. Su mayor variabilidad en el rendimiento de su trabajo.

A continuación encontrará un esquema que intenta explicar cuál es la problemática y cómo se manifiesta. Es importantes que los padres comprendan cuál es la problemática a la que se enfrentan sus hijos.

Funciones ejecutivas y rendimiento académico

La característica clave del TDAH es **la mayor variabilidad** en el rendimiento académico y/o ejecución de cualquier tarea a través del tiempo.

¿Cuál es la problemática?

- Tienen dificultad para mantener la atención de forma sostenida y gran facilidad para la distracción.
- Falta de capacidad en la generación de la motivación intrínseca necesaria para las tareas que no tienen ninguna consecuencia inmediata o atracción para ellos. En el niño con TDAH, el rendimiento académico está por debajo de su capacidad

¿Cómo se manifiesta?

- **En la calidad del trabajo:** su trabajo suele ser pobre e incompleto, con mala presentación, aunque en ocasiones puedan hacerlo bien. Son muy dependientes del ambiente (organización, estructuración y supervisión).
- **En la cantidad del trabajo:** con frecuencia no terminan sus trabajos, tareas, exámenes, etc.
- **En la velocidad del trabajo:** muchos niños con TDAH trabajan más despacio, otros se precipitan, lo hacen muy rápido y cometen errores. En general, no revisan sus tareas y, cuando lo hacen, tienen gran dificultad para detectar los errores que cometen durante la ejecución del mismo.
- **En el rendimiento:** Su rendimiento puede variar significativamente de un momento a otro e incluso de un día a otro.
- **En la automotivación (autorreforzamiento):** Les cuesta mantener el esfuerzo en tareas o actividades que no les proporcionan una recompensa inmediata. Tienen dificultad para trabajar por mejores recompensas pero a más largo plazo, en cambio, necesitan recompensas frecuentes aunque sean irrelevantes. Pueden iniciar una tarea correctamente, pero después de un tiempo están desmotivados y/o cansados y se dejan llevar por estímulos que en esos momentos son más gratificantes e inmediatos, como hablar con un compañero o mirar por la ventana; lo saben hacer, pero hay una incapacidad para inhibir esos estímulos. Se dejan arrastrar por estímulos más divertidos para ellos y recompensas inmediatas.
- **Tienen dificultades para regular su nivel general de alerta,** es decir, para centrarse en las demandas del ambiente y del momento (lo que ocurre aquí y ahora). Tienen dificultades para iniciar el trabajo que deben hacer, evitar la distracción y mantenerse atento en situaciones monótonas. Con frecuencia, parece que sueñan despiertos o están en las nubes cuando se supone que deberían estar atentos, concentrados y centrados en una tarea.

Esta variabilidad suele generar mucho desconcierto en los demás, ya que en algunas ocasiones pueden hacer su trabajo rápida y correctamente, mientras que, en otras, sus tareas son realizadas mal, con errores y de manera irregular. Esto no debe llevarnos a concluir que el chico “puede”, pero “no quiere”.

Funciones ejecutivas y comportamiento

Otra característica de las personas con TDAH es la dificultad en la **inhibición conductual** y la pobre **regulación del nivel de actividad** a las demandas de una determinada situación.

¿Cuál es la problemática?

- Dificultad en la regulación de las emociones
- Poca habilidad del individuo para "parar y pensar" antes de actuar.
- Dificultad para controlar la reacción a un acontecimiento en una situación o contexto que exige control.

¿Cómo se manifiesta?

- Frecuentemente, tienen **dificultades para inhibir sus reacciones emocionales** frente a acontecimientos, tal y como lo hacen los otros de su misma edad. No es que las emociones que experimentan sean inadecuadas, sino que suelen manifestarlas públicamente. No son capaces "de privatizar" sus sentimientos y/o pensamientos, guardarlos y mantenerlos internos
- En general, **aparentan ser menos maduros emocionalmente**, más expresivos con sus sentimientos, más exaltados, irascibles y se frustran fácilmente por los acontecimientos, provocando, a veces, dificultades en sus interacciones sociales (baja tolerancia a la frustración).
- En la **incapacidad de interrumpir sus acciones** cuando es evidente que ya no son adecuadas.
- Los niños con TDAH suelen ser **en exceso inquietos** y muestran un movimiento excesivo que no es necesario para realizar una tarea determinada. Se manifiesta por un movimiento continuo de manos y pies, tocar cosas, mecerse mientras está sentado y el cambio de postura constante mientras realiza tareas relativamente aburridas.
- Los niños más pequeños suelen **correr y trepar en exceso** u otra actividad motora gruesa. Esto tiende a disminuir con la edad.
- Los adolescentes con TDAH suelen manifestar **más inquietud** que sus compañeros de la misma edad y nivel de desarrollo.