

# **Guía Breve de Atención a Personas Estudiantes Universitarias que Presentan Trastorno por Déficit de Atención**

**M.Sc. Lynnette Venegas Ávila**

Centro de Asesoría y Servicios a Estudiantes con Discapacidad CASED.  
Universidad de Costa Rica.

## ¿Qué es el Trastorno por Déficit de Atención?

El Trastorno por Déficit de Atención (TDA) es un trastorno de origen neurobiológico con componente genético en el que existe una alteración en el funcionamiento de dos neurotransmisores cerebrales: la noradrenalina y la dopamina. Estas dos sustancias no funcionan de manera adecuada en la corteza prefrontal del cerebro, que está implicada en el control de funciones como la atención, la concentración y la impulsividad, aspectos que se encuentran afectados en el TDA.

## ¿Cuáles son los tipos de TDA y las principales características que presentan las personas con esta condición?

El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV), se diferencian tres subtipos de trastorno dentro del TDA

### a) Trastorno por Déficit de Atención:

- Son las personas estudiantes que parecen no escuchar lo que se les dice, que parece que sueñan despiertas, que les cuesta iniciar actividades y que, muy frecuentemente, olvidan o pierden cosas.
- Estas personas acostumbran a distraerse con gran facilidad y prestar atención a cualquier ruido o estímulo irrelevante, pudiéndose dispersar incluso en actividades que son de su interés.
- En el aula, generalmente son personas que se muestran pasivas, pasan desapercibidas y no logran aprender al ritmo esperado. Generalmente no toman apuntes en clase, no anotan las tareas a realizar por lo que olvidan entregarlas o lo hacen de forma tardía.
- Las personas estudiantes con TDA evitan o se resisten a realizar tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido.

b) Trastorno por déficit de atención con hiperactividad subtipo predominante hiperactivo-impulsivo (TDAH):

- Son las personas estudiantes que se mueven de un lugar a otro en momentos inapropiados, mueven las manos y los pies nerviosamente, se balancean y se levantan a menudo de su pupitre.
- La persona hiperactiva-impulsiva tiende a interrumpir conversaciones y actividades, suele inmiscuirse en las conversaciones y/o actividades de los otros, responden de forma precipitada, incluso antes de que se le acabe de formular la pregunta.
- Tienen dificultades para dedicarse a actividades tranquilas y hablan en exceso.
- El comportamiento de estas personas puede llegar a resultar molesto y, a menudo, preocupan por las manifestaciones de agresividad dentro del aula.

c) Trastorno por déficit de atención con hiperactividad subtipo combinado:

- Es una mezcla de los dos anteriores.

## ¿Cómo se puede brindar apoyo a una persona estudiante que presenta TDA?

Se pueden realizar adaptaciones en la metodología, actividades, evaluación y estrategias de enseñanza-aprendizaje de los cursos.

### Algunos apoyos académicos que se pueden ofrecer en la clase son:

- Iniciar cada clase con un repaso de la materia tratada en la clase anterior.
- Enumerar los contenidos que se verán en la lección en la pizarra, antes de iniciar.
- Variar el ritmo de aprendizaje de la clase utilizando períodos cortos de teoría y práctica, fomentando un aprendizaje más dinámico.
- Hacer uso de alternativas al discurso verbal como, por ejemplo: punteros, cambios en el tono de la voz y uso de material visual que llamen la atención del estudiantado.
- Cuando se asignan tareas, trabajos o proyectos, brindar ejemplos sobre la realización de estos.
- Al finalizar la clase, hacer un breve resumen de lo más importante que se vio.
- En pruebas y trabajos, brindar instrucciones cortas, repetidas y por escrito (guion de trabajo).

- Escribir en la pizarra las fechas importantes y los plazos de entrega de trabajos.
- Utilizar técnicas de atención encubierta: estar a su lado, tocar su pupitre etc. (previo acuerdo con la persona estudiante)
- Si los trabajos son individuales y a largo plazo, realizar un recordatorio de la entrega un tiempo prudencial antes de la fecha.
- En algunos casos, el trabajo en grupos representa una gran dificultad para la persona estudiante con TDA, por el deterioro de las relaciones sociales que se produce cuando falla, por tanto, se puede proponer que la persona pueda escoger su grupo de trabajo, de forma que un miembro de este, que previamente conoce su condición, pueda recordar los plazos de entrega del trabajo. También, si la persona con TDA lo prefiere, se puede permitir que trabaje en forma individual.
- En las exposiciones orales se puede presentar alguna dificultad por la falta de seguridad en sí misma que podría tener la persona estudiante. Esta falta de seguridad suele surgir de la autopercepción que tiene de sí misma (se ven distintos a los demás), y la presión que siente con respecto a su grupo de iguales. En estos casos, se podría eximir a la persona estudiante de hacer una exposición oral o bien, si se requiere que desarrolle esta habilidad, se puede designar una parte de exposición más corta, permitiéndole hacer uso de materiales visuales de apoyo.

## Apoyos que se pueden ofrecer para las evaluaciones:

- Brindar más tiempo para la realización de pruebas.
- A la hora de revisar los exámenes, tener en cuenta que la falta de organización de ideas para desarrollar las respuestas, así como la falta de orden son aspectos asociados al TDA, por lo que, si hay dudas con el contenido, corroborar en forma oral la respuesta con la persona estudiante antes de dar la calificación.
- Simplificar la forma de los enunciados de las pruebas, por ejemplo, subrayar las partes principales o ponerlas en negrita.
- Evitar el efecto del ruido-murmullo en la concentración de los estudiantes con TDA a la hora de aplicar las pruebas.
- Brindar, desde el inicio del curso, las actividades evaluativas que se van a realizar durante el mismo (exámenes, pruebas cortas, trabajos, proyectos, etc.), así como las fechas de entrega, de forma que la persona estudiante pueda organizar su tiempo desde el principio.

## Referencias Bibliográficas

Green, A.L. y Rabiner, D.L. (2012). What Do We Really Know about ADHD in College Students? *Neurotherapeutics*, 9, 559–568.

Heilingenstein, E., Guenther, G., Levi, A., Savino, F. y Fulwiller, J. (1999). Psychological and academic functioning in college students with attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of American College Health*, 47, 181-185.

Santamaría Conde, R.M.; Gómez Monedero, J.A. y Navarro Jurado, A. (2000). La integración de alumnos con necesidades educativas especiales en el ámbito universitario. En G. Jové Monclús y M. A. Miñambres Abad (coord.) *Actas de las XVII Jornadas Nacionales de Universidad y Educación Especial* (pp. 708) Lleida: Edicions de la Universitat de Lleida.

Martínez Martín, M.A. y Bilbao Cruz, M.C. (2013). Los estudiantes con TDAH en la Universidad: un colectivo para tener en cuenta. En M.A. Martínez Martín (coord.) *Todo sobre el TDAH: Guía para la vida diaria, avances y mejoras como labor de equipo*. (pp. 279-304) Tarragona: Altaria.