

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula



Basado en:

Edward M. Hallowell, MD and John J. Ratey MD  
(c) 1992 Modificado y ampliado por el DM. Psiquiatra infantil  
Joaquín Díaz Atienza.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 1



Estar seguros de que el alumno tiene realmente un TDAH, descartando cualquier tipo de problema médico (Audición, visión, otros...).

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 2



Asegurarse de tener el apoyo de la escuela, de colegas, de los padres y de un conocedor del TDAH a quien preguntar.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 3



No temer pedir ayuda.  
No pretender ser un  
experto en TDAH.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 4



Preguntar al niño cómo poder ayudarlo. Ellos pueden decir cómo pueden aprender mejor si se les pregunta.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 5



Los niños con TDAH necesitan estructura. Su ambiente debe estructurar lo que ellos no pueden estructurar internamente por sí mismos.  
(Listas, recordatorios, previsiones, límites, etc.)

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 6



Poner atención a las emociones involucradas en el proceso de aprendizaje.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 7



Hacer que ellos escriban las reglas y las entiendan. Los niños con TDAH establecen su confianza en la medida en que saben qué se espera de ellos.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 8



Repetir y escribir instrucciones: los niños con TDAH necesitan oír las cosas más de una vez.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 9



Hacer contacto visual frecuentemente con el niño. Una mirada puede recuperarle cuando está soñando despierto. Darle permiso para hacer preguntas.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 10



Sentar al niño cerca del escritorio del profesor o cerca de donde éste esté. Le ayudará a alejarlo de estímulos que le distraigan.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 11



Tomar el control estableciendo límites de forma consistente, predecible, oportuna y planificada.  
Contener sin castigar.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 12



Hacer un calendario de actividades tan predecible como sea posible.  
Colocarle en lugar visible.  
Si se hacen modificaciones advertirle.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 13



Ayudar al niño a hacer sus propios calendarios de actividades para después de la escuela.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 14



Eliminar o reducir la frecuencia de las pruebas o evaluaciones con límites de tiempo.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 15



Permitir válvulas de escape tales como salirse de clase por un momento.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 16



Ir en busca de la  
calidad de las tareas  
más que valorar la  
cantidad.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 17



Supervisar los progresos frecuentemente. Los niños con TDAH se benefician enormemente de "feed-back" frecuentes.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 18



Dividir las actividades largas en varias actividades cortas. Las actividades largas agotan al niño y le harán regresar al tipo de respuesta emocional: "yo nunca seré capaz de hacer esto".

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 19



Introducir innovaciones  
diarias.

No ser convencional.

Los niños con TDAH odian  
estar aburridos.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 20



La mejor manera de lidiar con el caos en el aula es prevenir y anticiparse a las situaciones.

No sobreestimular.

Los niños con TDAH pueden “hervir”.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 21



Buscar y subrayar el éxito tanto como sea posible. Los niños con TDAH necesitan elogios y ser premiados.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 22



Enseñarles pequeños trucos, como reglas mnemotecnias, claves, ritmos, códigos, etc. Los niños con TDAH tienen frecuentemente problemas con la "memoria de trabajo activa"

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 23



Enseñar a esquematizar y subrayar. Estas técnicas no son fáciles para los niños con TDAH, pero una vez las aprenden, pueden ayudarlos a estructurar y darle forma a lo que están aprendiendo.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 24



Anunciar lo que se va a decir antes de decirlo. Los niños con TDAH aprenden mejor visualmente que por medio de la voz. Escribir lo que se va a decir así como lo que se está diciendo.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 25



Simplificar las instrucciones. Cuanto más simple sea el lenguaje, mayor será la posibilidad de ser comprendido. Decir las cosas llamando su atención.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 26



Usar el "feedback" para ayudarles a convertirse en auto-observadores.

Hacer preguntas como:

- ¿Sabes lo que acabas de hacer?
- ¿Cómo crees tú que podrías haber dicho eso de forma diferente?
- ¿Por qué crees que aquella niña se ve triste cuando tú dices lo que estás diciendo?

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 27



Expresarse de forma clara y determinante.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 28



Usar un sistema de bonificación con puntos o de recompensa para los más pequeños, para la modificación conductual. Los niños con TDAH responden bien a recompensas e incentivos.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 29



Ofrecer advertencias claras y específicas como un "coach social" para que aprendan a interactuar. Por ejemplo, decir: "antes de que cuentes tu historia pídele a otra persona que cuente la suya primero".

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 30



Enseñar destrezas  
para resolver  
exámenes.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 31



Hacer juegos de las cosas. La motivación mejora el TDAH.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 32



Separar parejas y tríos, incluso grupos completos, que no funcionan bien juntos.  
Intentar muchos cambios.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 33



Poner atención a los vínculos. Los niños con TDAH necesitan sentirse unidos, conectados. A medida que ellos sienten ese vínculo, se sentirán motivados, conectados y menos desentonados.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 34



Dar responsabilidades  
en la medida de sus  
posibilidades.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 35



Intentar tener un cuaderno de comunicación Casa-Escuela-Casa para evitar “desencuentros” en las reuniones y contribuir al feedback que necesitan.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 36



Intentar hacer  
informes diarios  
sobre los progresos.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 37



Realizar breves intercambios al final de la clase para crear una estructura para el autoinforme.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 38



Adelantar lo que está por venir, de tal manera que ellos puedan prepararse internamente.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 39



Premie, apruebe,  
estimule, alimente.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 40



Hacer que escriban notas para que ellos mismos recuerden sus preguntas. Les ayudará a oír y comprender mejor.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 41



Considerar el desarrollo de alternativas a la escritura a mano.  
Administrar pruebas orales.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 42



Mantener la clase atenta señalando a diferentes partes del salón cuando necesite su ayuda.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 43



Tratar de que cada niño  
tenga un compañero en  
cada proyecto, con  
teléfono.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 44



Explicar y tomar con naturalidad el tratamiento que el niño recibe, para evitar estigmas.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 45



Mantener reuniones con los padres a menudo. Evitar el patrón de reunirse únicamente en momentos de problemas o crisis.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 46



Promover la lectura en voz alta en casa y en la escuela.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 47



Repita, repita,  
repita...

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 48



Realizar  
con ellos ejercicio,  
preferiblemente  
enérgico y divertido.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 49



Realizar una preparación previa al comienzo de las clases para que el niño maneje el material necesario con seguridad.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 50



Buscar sus momentos  
de brillantez.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 51



No pretender cambiar todas las conductas no deseadas al mismo tiempo.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 52



Utilizar el refuerzo positivo aplicando de forma inmediata premios y/o recompensas fáciles y disponibles para recompensar.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 53



Utilizar preferiblemente premios en lugar de castigos para que el niño sienta el colegio como algo estimulante en donde se le aprecia, se le quiere y se le enseña.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 54



Evitar aquellas situaciones que el niño con TDAH no puede controlar. No dejarle mucho tiempo inactivo.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 55



Hacer lo posible por no prestar atención a las conductas no deseadas y aplicar refuerzo a las que se consideren apropiadas.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 56



Tener en cuenta que el niño con TDAH presenta comportamientos que no puede controlar. No creer que lo hace de mala fe.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 57



Estructurar el espacio  
de la clase en filas.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 58



Que pueda usted  
moverse con facilidad.

# 60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

## Recomendación 59



Los alumnos TDAH  
deben estar cerca  
del profesor.

# 60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

## Recomendación 60



Colocar al lado del niño con TDAH a alumnos que sean modelos apropiados: atentos, ordenados y que suelen cumplir las órdenes.