

Los estudiantes aquejados de TDAH tienen graves problemas de concentración, que se acentúan en los períodos de evaluación. / ANTONIO HEREDIA

CUESTIÓN DE GENÉTICA

Nueve de cada 10 afectados por déficit de atención abandonan la universidad

SARA POLO

A simple vista, son personas muy despistadas y caóticas. No terminan casi nada de lo que empiezan, pierden las llaves, se les olvidan las citas y muchos de ellos han repetido curso en el colegio o el instituto. Los adultos jóvenes que presentan un trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) suponen entre un 2% y un 4% de la población según la estimación de los expertos. No se dispone de estudios específicos como en el caso de la infancia, ya que hasta hace 10 años se creía que se terminaba en la adolescencia.

Lo que ya se reconoce como «la causa más frecuente de fracaso escolar», según el doctor César Soutullo, director de la Unidad de Niños y Adolescentes del área de Psiquiatría y Psicología Clínica en la Clínica Universitaria de la Universidad de Navarra, llega, aunque en pequeñas dosis, a la Universidad, y ésta está empezando a tomar conciencia de ello.

«Sin duda, el TDAH es una de las causas del abandono precoz de los estudios universitarios y del fracaso en ellos», confirma Mateu Servera, profesor e investigador en el Laboratorio de Con-

ducta y Sistemas Dinámicos de la Universidad de las Islas Baleares, que asegura que «los servicios de Atención a la Diversidad de las universidades cada vez reciben más consultas por problemas relacionados claramente con un posible trastorno de la atención».

Concreta más Inmaculada Moreno, profesora de Tratamiento Conductual en Niños y Adolescentes en la Universidad de Sevilla y autora de varios libros sobre la materia. «Aunque las investigaciones científicas con estudiantes universitarios con TDAH son escasas», puntualiza, «si se com-

paran con los estudios centrados en los niveles educativos inferiores se ha documentado que únicamente el 5-10% de los jóvenes matriculados en la universidad logra finalizar sus estudios».

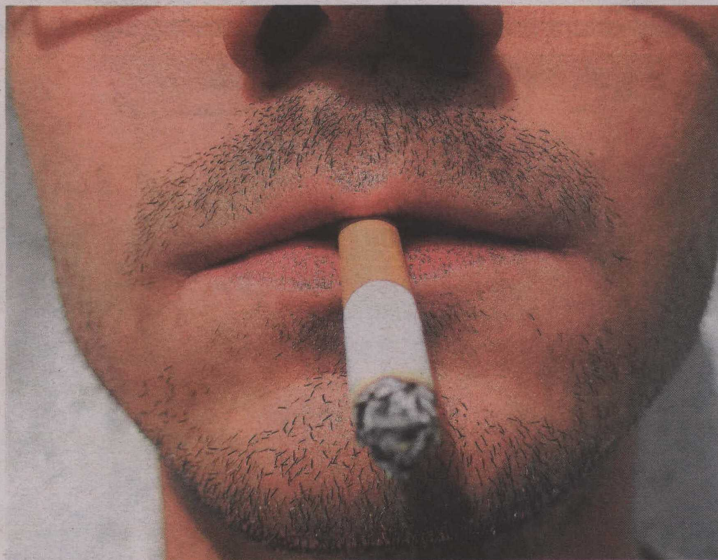
Según Moreno, la vulnerabilidad hacia el abandono suele darse en los dos primeros años de formación superior, especialmente en el primer curso por «el esfuerzo de adaptación psicológica a la nueva vida académica que supone».

Las razones de este abandono radican en las propias características del trastorno, como son las

dificultades para planificar las tareas, las limitaciones de organización temporal y las dificultades de rendimiento académico derivadas del sobreesfuerzo requerido por las exigencias de estudio universitarias. «Empiezan un proyecto y lo dejan a medias, antes de llegar a los detalles; se les olvidan las citas, las entregas; retrasan hasta el último momento sus obligaciones...», enumera el doctor Soutullo.

La hiperactividad impulsiva de movimiento, tan característica de los niños con TDAH, suele aplacarse con la edad. El chico que no puede estar sentado, que sale de clase y que no está quieto, se convertirá en un adulto que asuma de forma interna su nerviosismo, por ejemplo, moviendo el pie, la mano, haciendo sonidos con el boli...

Conoce bien estos síntomas Javier Robador, que tiene 23 años y estudia Ingeniería de Caminos, Canales y Puertos en la Universidad Alfonso X El Sabio de Madrid, su segunda carrera tras finalizar Ingeniería de Obras Públicas. A Javier le diagnosticaron TDAH cuando tenía apenas tres años, una ventaja que le ha ayudado a vivir con ello y gestionarlo de forma que le causara los menores problemas posibles.



SHUTTERSTOCK

Un colectivo más tendente a la adicción

«Un diagnóstico tardío de Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) multiplica por tres el riesgo de desarrollar una adicción», advierte el doctor César Soutullo, de la Universidad de Navarra. Entre el 20 y el 50% de los niños con TDAH presenta trastornos de conducta disruptiva, que se manifiestan en «un patrón constante, durante al menos seis meses, de enfados explosivos, hostilidad, resentimiento y desafío a las figuras de autoridad», según describe el doctor en el artículo 'Trastorno por déficit de atención e hiperactividad: comorbilidad psiquiátrica y tratamiento farmacológico alternativo al metilfenidato', que se publicó en la

revista 'Pediatría de Atención Primaria'. En la población adolescente, la incidencia crece hasta el 40-50%, y continúa aumentando con la edad. «Con frecuencia, estos pacientes presentan problemas legales y abuso de sustancias», confirma el doctor. La explicación se encuentra en la impulsividad que caracteriza al paciente con TDAH: «Estas personas buscan la recompensa inmediata, sin pensar en las consecuencias de sus actos. El presente prima siempre sobre el futuro», explica. «Por eso, existe un mayor riesgo de abuso y dependencia de la nicotina, el alcohol, las sustancias psicoactivas o incluso el sexo», concluye.

«Soy buen estudiante, pero en exámenes, cuando era más pequeño, me costaba mucho más que a mis compañeros mantener la concentración», recuerda. Aun hoy, la temporada de evaluaciones le trae quebraderos de cabeza. «Hago los exámenes mucho más rápido, pero cometo muchos fallos», reconoce. «Se me acumulan las ideas en la cabeza y las tengo que soltar rápido. Claro, me dejo muchas cosas por el camino. Escribo por impulsos, funciono como por flashes, y sin ninguna estructura», relata el joven.

Otro problema derivado de la precipitación de los afectados por TDAH es que no comprenden lo que se les pide. «Yo leo lo que quiero y después, cuando ya he salido del examen, me doy cuenta de que me he equivocado en la respuesta», reconoce Javier.

Esta hecatombe organizativa tiene una causa estrictamente biológica, que se encuentra en la parte frontal del cerebro, la que regula la impulsividad, planifica las acciones y mantiene la atención. «El paciente no tiene esa área suficientemente activa por falta de dopamina, que es un neurotransmisor», explica Soutullo, que aclara que el origen es genético.

Según sus investigaciones, tienen influencia en el desarrollo de este trastorno los problemas durante el embarazo o el parto, el consumo de alcohol y tabaco durante la gestación y el bajo peso al nacer.

El tratamiento tiene, por tanto, una triple vertiente. Por un lado, la terapia ayuda al paciente a adquirir las herramientas para vivir con ello y sacar un rendimiento de su energía. «La mejor solución es adquirir unos hábitos, una rutina», aconseja Javier. Algo que confirma Soutullo: «Los pacientes universitarios necesitan mucha estructura en su día a día. Cuando eran pequeños, esa organización les venía dada por sus padres pero, al crecer, tienen que aprender a organizarse solos».

FÁRMACOS CONTROVERTIDOS
«El tratamiento farmacológico suele dar miedo, sobre todo a los padres», reconoce el doctor, que aclara: «Se trata de medicamentos basados en estimulantes derivados de la anfetamina, pero que no enganchan». Estas sustancias se utilizan desde 1940 y sus efectos se dejan notar rápidamente. «El paciente obtiene un notable rendimiento con un menor esfuerzo», explica.

Confundidos por el origen del producto, algunos jóvenes utilizan esta medicina con intención

recreativa. «En seguida se percatan de que no da subidón y la mayoría de los que hacen un mal uso las utilizan para estudiar», relata, y advierte: «Lo que tienen que hacer es ir al médico. Probablemente, también ellos tengan un trastorno».

La tercera parte del tratamiento es en la que intervienen los centros educativos. Algunos, como la Universidad de Murcia, ya han planteado exámenes adaptados a los alumnos que padezcan TDAH. Incluso, en Cataluña, las pruebas de Selectividad se fragmentan en tiempos menores y se organizan de manera diferente para los concurrentes aquejados de este trastorno. Sin embargo, las iniciativas son aún incipientes.

«Los planes de estudio adaptados a Bolonia, en cuanto conllevan metodologías docentes más dinámicas, con exigencias más activas de participación del alumno y una evaluación continua, contribuyen a facilitar los mejores resultados académicos del alumno con TDAH», afirma Inmaculada Moreno.

Está de acuerdo Mateu Servera, aunque apunta: «Este sistema también exige mucha más capacidad de planificación y organización por parte del alumno». «Los exámenes, prácticas, trabajos de cada asignatura le obligan a tomar decisiones

ORGANIZARSE CONCIENZUDAMENTE



Si algo caracteriza al estudiante con trastorno por déficit de atención (TDA), con o sin hiperactividad, es su falta de previsión. «Tiene una percepción del tiempo diferente», explica el Doctor César Soutullo, director de la Unidad de Niños y Adolescentes del área de Psiquiatría y Psicología Clínica en la Clínica Universitaria de la Universidad de Navarra. «El mejor consejo es», según el

MANTENER UNA ACTIVIDAD CONSTANTE



doctor, «apuntar, planificar el día a día. La agenda, las alarmas del móvil, los post-it pueden ser su mejor aliado».

FOMENTAR LAS HABILIDADES PROPIAS



A menudo, el adulto joven aquejado de TDAH es una persona muy creativa y productiva. La necesidad constante de actividad, si se orienta correctamente, puede resultar altamente beneficiosa. «A mí me ha venido hasta bien», asume Javier. «Soy mucho más dinámico que mis compañeros; mientras otros se pasan los fines de semana en el sofá, yo leo, cocino, salgo a correr... Necesito mantenerme ocupado», dice. El doctor Soutullo recomienda a los docentes potenciar el aprendizaje, por ejemplo, a través de la memoria visual.

CAMBIAR LA FORMA DE EVALUAR



Si a uno de estos estudiantes se le pone ante una prueba de dos horas, es probable que suelte todo lo que sabe durante la primera media hora y después pierda la concentración», explica Soutullo. «Si, en cambio, se le evalúa en varias partes de media hora, el resultado será notablemente mejor», concluye. La Universidad de Murcia ya decidió adaptar, en 2010, los tiempos de examen y su lugar de realización a las necesidades especiales de este colectivo.

BUSCAR AYUDA MÉDICA



«En la mayoría de universidades existen servicios de atención a la discapacidad o servicios clínicos donde un estudiante que sospeche que puede padecer TDAH puede acudir», recomienda Mateu Servera, profesor e investigador en la Universidad de las Islas Baleares. «Ese puede ser un primer apoyo, pero para realizar un diagnóstico y, sobre todo, para llevar a cabo el tratamiento, normalmente se requiere una intervención interdisciplinar en la que estén implicados servicios psiquiátricos, psicológicos y pedagógicos», añade.

sobre cómo distribuir el tiempo y el esfuerzo», argumenta, y «es precisamente en eso, en la previsión de consecuencias, en lo que más dificultades tienen los pacientes con TDAH».

«La mejor solución es potenciar los servicios de atención clínica de las universidades», añade Servera. «Muchos centros son reacios, y más en estos tiempos, pero a la larga puede ser una buena inversión, al atenuar el fracaso escolar, mejorar las tasas de rendimiento y

reducir la conflictividad académica y social en las aulas», lamenta.

«El contexto universitario aún tiene pendiente definir e implementar las adaptaciones y ajustes académicos idóneos para garantizar el éxito de estos estudiantes», lamenta Moreno. «Hay que tener en cuenta, sin embargo, que el acceso a la universidad de los jóvenes diagnosticados de TDAH es un fenómeno reciente, que obliga a debatir qué adaptaciones resultan más eficaces», concluye.