

María José Villagrán
prensa@latribuna.cl

TDAH en adultos: una condición que puede afectar las relaciones y la calidad de vida

El trastorno por déficit atencional con hiperactividad (TDAH) fue considerado durante años un problema exclusivo de la infancia y se asumía que, con el paso del tiempo, los síntomas disminuirían o desaparecerían por completo. Sin embargo, hoy existe consenso científico respecto de que esta condición puede persistir hasta la adultez y afectar diversos ámbitos de la vida cotidiana.

A lo anterior se refirió Ignacio González, profesor titular de la Universidad de los Andes y médico neurólogo, quien ha dedicado parte de su carrera a estudiar esta condición en personas adultas.

Quienes presentan esta condición son personas que —según explicó González— presentan dificultad en el gobierno y el control de las funciones ejecutivas.

“Tienen una serie de síntomas como hiperactividad, dificultad en la atención, son dispersos, tienen dificultad para jerarquizar, en la memoria de trabajo y dificultad para inhibir conductas inadecuadas, como mirar el celular cuando hay que estudiar o trabajar, o mirar el diario en vez de un proyecto”, añadió el neurólogo.

UNA CONDICIÓN NEUROBIOLÓGICA

El TDAH se caracteriza por una disfunción en el control de las funciones ejecutivas del cerebro: planificación, atención sostenida, organización, memoria de trabajo e inhibición de conductas inadecuadas.

Según González, se trata de una condición neurobiológica, altamente heredable, que se asocia a un defecto en la activación dopaminérgica de ciertas áreas del cerebro.

Asimismo, explicó que —muchas veces— se confunde con otras patologías o estados frecuentes de la vida cotidiana, como la pereza o falta de interés.

Sin embargo, “esas no son las principales dificultades porque la falta de interés, o incluso la pereza, por supuesto que existe, pero puede haber —debajo de esas dos condiciones— cosas parecidas a problemas neurológicos, de motivación —por ejemplo— depresión o ansiedad”.

El especialista continuó detallando que “el problema fundamental es que la función de la memoria y la atención, y el control cognitivo son funciones cerebrales muy lábiles. Entonces una persona ansiosa, depresiva o con un trastorno metabólico, como hipotiroidismo, pueden tener como parte de su enfermedad de base problemas de atención y memoria”.

De ahí la importancia de acudir a un especialista para confirmar la condición de TDAH u otra patología asociada a la conducta del paciente.

MÁS ALLÁ DE LA HIPERACTIVIDAD INFANTIL

A diferencia de los niños, que muchas veces manifiestan hiperactividad motora evidente, los adultos suelen presentar síntomas más sutiles: desorganización, impulsividad, dificultad para concentrarse, olvidar compromisos, perder objetos con frecuencia o postergar tareas importantes.

“Muchos adultos llegan a la consulta por problemas de atención o memoria. Pero hay que



LA DIFICULTAD PARA MANTENER la atención en tareas monótonas o reuniones largas es uno de variados síntomas asociados al TDAH. (Crédito fotografía: Freepik).

descartar otras causas como ansiedad, depresión, hipotiroidismo o deficiencia de vitamina B12”, explicó González.

Un criterio clave para el diagnóstico es que los síntomas hayan estado presentes desde la infancia, aunque no hayan sido detectados en ese momento.

En este punto, el experto destacó una importante diferencia de género: “En las mujeres, el diagnóstico suele ser más tardío. Son más ordenadas, más maduras, no suelen tener hiperactividad motora y se esfuerzan más por cumplir con lo que se espera de ellas. He visto pacientes diagnosticadas recién a los 50 o 60 años, porque ‘pasaban piolita’, detalló el neurólogo.

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

El tratamiento del TDAH en adultos incluye tanto intervenciones farmacológicas como apoyo psicoterapéutico y estrategias de organización personal.

Sin embargo, González advierte sobre los riesgos de automedicarse. Al respecto, aseguró que “no es infrecuente que alguien diga ‘probé la pastilla de mi hijo y me sentí mejor’. Eso es extremadamente peligroso. Estos medicamentos pueden generar problemas psiquiátricos o cardiovasculares serios si no hay una evaluación médica adecuada”.

¿CUÁNDO SOSPECHAR Y CONSULTAR?

Para confirmar o descartar un diagnóstico de TDAH, González entregó una lista de señales de alerta que podrían justificar una consulta médica al neurólogo. Entre ellas, destacó:

- ✦ • Dificultad persistente para organizar tareas o cumplir plazos.
- ✦ • Procrastinación crónica.
- ✦ • Pérdida frecuente de objetos personales como llaves o billeteras.
- ✦ • Dificultad para mantener la atención en tareas monótonas o reuniones largas.
- ✦ • Problemas para terminar lo que se empieza.
- ✦ • Errores por descuido, como enviar correos sin archivos adjuntos.
- ✦ • Sensación constante de estar atrasado o desorganizado y problemas de memoria de trabajo, como olvidar lo que se iba a comprar o hacer.

Respecto de lo anterior, el especialista puntualizó que “cuando estas situaciones se repiten y comienzan a interferir con la vida laboral, académica o familiar, es momento de consultar. Y ojalá con alguien que tenga experiencia en esta condición”, enfatizó el neurólogo.

Además, muchos pacientes

presentan condiciones asociadas, como ansiedad o depresión, que deben ser abordadas paralelamente. De lo contrario, el tratamiento del TDAH puede no ser suficiente.



Ignacio González, profesor titular de la Universidad de los Andes y médico neurólogo.