

CARTAS AL DIRECTOR

ENVIAR A: editor@elpinguino.com

UNA FECHA CLAVE

Señor Director:

Cada 13 de julio el mundo conmemora el Día Internacional del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), una fecha clave para visibilizar un trastorno del neuro desarrollado que afecta a miles de familias en Chile. En el país, se estima que alrededor del 15,5 % de los niños entre 4 y 11 años presentan TDAH, descendiendo a 4,5 % en adolescentes de 12 a 18 años, como plantea la Universidad del Desarrollo y la Universidad San Sebastián.

Desde la psicología, este día invita a reflexionar no solo sobre la prevalencia, sino también sobre cómo diagnosticamos, tratamos y acompañamos a quienes viven con TDAH. El descenso de la tasa en adolescentes sugiere que muchas dificultades se ven matizadas por estrategias educativas y terapéuticas, aunque también podría reflejar un subdiagnóstico en edades mayores.

El TDAH no es un fenómeno aislado, sino que cuenta con diversas comorbilidades como ansiedad, trastornos del estado de ánimo o problemas de conducta que se encuentran presentes hasta en dos tercios de los casos, tal como mencionan expertos, esto implica que un abordaje integral, que no se limite a la farmacoterapia, es indispensable. La evidencia es clara: los tratamientos más efectivos combinan medicación con intervenciones psicológicas, psicoeducación, apoyo escolar y psicoeducación para padres, tutores, cuidadores y docentes.

Lamentablemente, el acceso a estos recursos no es igualitario. En zonas vulnerables, la detección temprana es limitada y muchas familias quedan sin diagnóstico o tratamiento oportuno, lo que profundiza brechas en el bienestar y desarrollo infantil. Por contraste, en contextos con mejor acceso educativo y sanitario, se observa un aumento en los diagnósticos, lo que sugiere que el TDAH puede tanto sub- como sobrediagnosticarse.

Desde la psicología comunitaria y clínica, es urgente impulsar políticas que promuevan la detección temprana y equitativa, psicoeducar y formar a los docentes y padres, contar con apoyo interdisciplinario y sensibilizar sobre la temática sin estigmatización, puesto que el TDAH también nos recuerda que la atención es una capacidad plástica. Con apoyo adecuado, quienes lo viven pueden convertir su espontaneidad, creatividad y energía en fortalezas. En ocasiones, el desafío es pasar de ver el déficit en la atención a reconocer la diversidad cognitiva como una fuente de potencial.

Este 13 de julio, se encienden luces naranjas y se organizan actividades, pero el verdadero impacto ocurre cuando pasamos de la visibilización a la acción: cuando las políticas educativas incorporan estrategias para niños y adolescentes con TDAH; cuando las familias reciben acompañamiento psicoeducativo; cuando se evalúa no solo el déficit, sino las capacidades; y cuando Chile apuesta por un enfoque inclusivo y científico.

En definitiva, celebrar este día es también convocar a un compromiso: el desafío es reducir brechas, favorecer detección temprana y consolidar un modelo interdisciplinario. Así, no solo apoyamos a quienes tienen TDAH, sino que enriquecemos nuestra mirada del desarrollo humano, desde la infancia hasta la vida adulta.

María José Lizana
Psicóloga y académica U. Central