

El niño(a) **hiperactivo** se caracteriza por presentar:

- Capacidad intelectual normal.
- Alteración de comportamiento y rendimiento escolar producto de su inquietud psicomotora y déficit de atención, concentración y trabajo continuado.

Este es un trastorno del desarrollo frecuente, que la mayoría de los niños logra superar en buena medida alrededor de la pubertad siempre que reciba un manejo y apoyo adecuados, tanto en el ámbito familiar como escolar. Esto facilita la adaptación del niño(a) en su entorno, evitando mayores problemas posteriores. A continuación algunas sugerencias de manejo destinadas a mejorar la relación del niño(a) con los demás, como la conducta y el rendimiento global del niño(a) hiperactivo:

- Demostrar que se acepta tal como es, con sus aptitudes y limitaciones, adecuando expectativas y demandas para con él (ella).
- Actuar de forma que se transmita fe en el niño(a), que confía en que él (ella) puede actuar adecuadamente, proponiéndole nuevas conductas y estrategias para enfrentar los retos escolares (se sugiere coordinar y pedir ayuda a psicopedagogo(a), si es que está disponible este(a) profesional en el establecimiento en el que ud. trabaja).
- Ayudarle a reconocer y emplear sus habilidades, en compensación de sus limitaciones. Así logrará desarrollar su autoconfianza y autoestima, tratando de superarse por sí mismo antes que por la competencia con los demás.
- Acercarse al niño(a) en forma tranquila, equilibrada y relajada. Escucharle con atención y darle las órdenes y normas en forma **clara y concisa**.
- Ignorar en lo posible la conducta inadecuada e inmediatamente buscar un modelo adecuado para alabarlo y señalarlo positivamente. Se recomienda organizar un sistema de refuerzos y recompensas.
- Cuando el niño(a) se porte mal explíquelo lo que ud. siente acerca de su conducta y propóngale otras formas de conducta más aceptables, estimulándole para que las lleve a cabo y facilitándole la situación en que la nueva conducta tenga alta probabilidad de darse.
- En momentos de tensión del niño(a), hablarle en forma pausada. También lo favorece para relajar su tensión el que se le permita que sobrepractique en forma voluntaria ejercicios y movimientos que él normalmente efectúa sin control.
- Hacer ejercicios de relajación corporal colectivos o individuales.
- Incorporar al niño(a) hiperactivo a actividades tales como: ser monitor, llevar mensajes, repartir libros, borrar pizarra, a modo de darle la oportunidad de desplazarse con un sentido positivo.
- Ofrecerle tareas y actividades variadas y de breve duración (5 a 15 minutos).
- Pedirle que ayude a otros niños más lentos que él.
- Evitar que el niño(a) sea "etiquetado(a)" o rotulado(a) con epítetos despectivos, que le dificulten la superación de sus problemas y lo hagan identificarse sólo con aspectos negativos de su actuar.

Saluda atentamente a usted, quedando a su disposición

Dra. Carolina Yáñez
Neuropediatra
Universidad de Chile

Email contacto: cyanez.uchile@gmail.com