



Diagnóstico del TDAH en adultos

No existe ninguna prueba médica, física o genética para el TDAH. Sin embargo un profesional o médico de salud mental calificado que reúna información de múltiples fuentes puede proporcionar una evaluación de diagnóstico. Dentro de estas fuentes se encuentran: listas de verificación de síntomas de TDAH, escalas estandarizadas de calificación de la conducta, una historia detallada sobre el funcionamiento pasado y presente, e información obtenida de familiares o seres queridos que conozcan bien a la persona. Algunos profesionales también realizaran pruebas de habilidades cognitivas y logros académicos para descartar la posibilidad de una discapacidad de aprendizaje. El TDAH no se puede diagnosticar de manera exacta únicamente mediante observaciones breves en el consultorio o simplemente hablando con la persona. Es posible que la persona no siempre presente los síntomas de TDAH durante la visita al consultorio y que el profesional tenga que obtener una historia completa de la vida del individuo. Un diagnóstico de TDAH debe tener en cuenta la posible presencia de afecciones coexistentes.

La Asociación Americana de Psiquiatría y el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, quinta edición (DSM-5) establecen las directrices clínicas para el diagnóstico del TDAH. Estas directrices establecidas se usan ampliamente en investigación y en la práctica clínica. Durante

una evaluación, el profesional clínico intentará determinar el grado en que estos síntomas actualmente aplican para el adulto y si han estado presentes durante la infancia. Para hacer el diagnóstico, los adultos deben tener por lo menos cinco de los síntomas presentes. Estos síntomas pueden cambiar con el tiempo y por lo tanto los adultos pueden encajar en diferentes presentaciones de cuando eran niños.

El DSM-5 enumera tres presentaciones del TDAH: con predominio del déficit de atención, con predominio de la hiperactividad-impulsividad y combinado. Los síntomas de cada tipo se adaptan y se resumen a continuación.

Presentación del TDAH con predominio del déficit de atención

- No presta atención a los detalles o comete errores por descuido
- Tiene dificultad para mantener la atención
- Parece no escuchar
- Tiene dificultad para seguir las instrucciones hasta el final
- Tiene dificultad con la organización
- Evita o le disgustan las tareas que requieran un esfuerzo mental sostenido



**National
Resource
Center
on ADHD**

A Program of CHADD

- Pierde cosas
- Se distrae fácilmente
- Es olvidadizo para las actividades diarias

Presentación del TDAH con predominio de la hiperactividad-impulsividad

- Mueve de manera nerviosa las manos o los pies o se retuerce en la silla
- Tiene dificultad para permanecer sentado
- Corre o se trepa a las cosas de manera excesiva (en niños); inquietud extrema (en adultos)
- Dificultad para realizar actividades tranquilamente
- Actúa como si estuviera impulsado por un motor; los adultos con frecuencia sienten por dentro como si estuvieran impulsados por un motor
- Habla excesivamente
- Responde antes de que se hayan terminado de formular las preguntas
- Dificultad para esperar o turnarse
- Interrumpe o inoportuna a los demás



Presentación del TDAH combinado

El individuo cumple con los criterios de las presentaciones de TDAH del tipo predominantemente de falta de atención y predominantemente hiperactivo-impulsivo.

Estos síntomas pueden cambiar con el tiempo y por lo tanto los adultos pueden encajar en diferentes presentaciones de cuando eran niños.

El diagnóstico de TDAH lo determina un médico con base en el número y la severidad de los síntomas, la duración de los síntomas y el grado en el que estos síntomas causan deterioro en varias áreas de la vida como

en el hogar, escuela o trabajo; con amigos o familiares; o en otras actividades. Es posible cumplir con los criterios diagnósticos para el TDAH sin ningún síntoma de hiperactividad e impulsividad. El médico debe además determinar si otras afecciones están causando estos síntomas o si alguna afección coexistente los está afectando.

Muchos de los síntomas deben estar presentes antes de los 12 años de edad. Esto generalmente requiere la corroboración por parte de un padre o cualquier otro informante. Es importante mencionar que la presencia de deterioro significativo en al menos dos áreas principales de la vida de la persona, es fundamental para el diagnóstico de TDAH. El deterioro se refiere a qué tanto el TDAH interfiere con la vida de un individuo. Dentro de los ejemplos de deterioro se encuentran: perder un trabajo por culpa de los síntomas de TDAH, experimentar conflicto y angustia excesiva en un matrimonio, meterse en problemas financieros por gastos impulsivos, no pagar las facturas a tiempo o ser puesto en periodo de prueba académico en la universidad por bajas calificaciones. Si el individuo presenta un número de síntomas de TDAH pero estos no causan un deterioro significativo, es posible que él/ella no cumpla con el criterio para ser diagnosticado/a con TDAH como trastorno clínico.

Escalas de autovaloración en Internet

Existen muchos sitios en Internet sobre el TDAH que ofrecen varios tipos de cuestionarios y listas de síntomas. La mayoría de estos cuestionarios no han sido estandarizados ni validados científicamente y por lo tanto no deben ser usados para hacer un autodiagnóstico ni para diagnosticar a otras personas con TDAH. Solo un profesional calificado y con licencia puede hacer un diagnóstico válido.

¿Quién está calificado para diagnosticar el TDAH?

Para adultos, una evaluación diagnóstica de TDAH debe ser realizada por un profesional de salud mental con licencia o un médico. Dentro de estos profesionales se encuentran: psicólogos

clínicos, médicos (siquiatras, neurólogos, médicos familiares u otro tipo de médicos) o trabajadores sociales clínicos.

Sea cual sea el tipo de profesional que se elija, es importante averiguar su entrenamiento y experiencia trabajando con adultos con TDAH. Muchas veces el nivel de conocimiento y experticia del profesional sobre el TDAH en adultos es más importante para obtener un diagnóstico adecuado y un plan de tratamiento efectivo que el tipo de título profesional. Los profesionales calificados usualmente están dispuestos a proporcionar información sobre su entrenamiento y experiencia con adultos con TDAH. La resistencia a proporcionar dicha información en respuesta a una solicitud razonable debe ser considerada como sospechosa y podría ser un indicador de que el individuo debe buscar un profesional diferente.

¿Cómo puedo encontrar un profesional adecuado para diagnosticar el TDAH?

Pídale a su médico personal una remisión a un profesional de la salud en su comunidad que esté calificado para realizar evaluaciones de TDAH para adultos. También podría ser de gran ayuda llamar a un hospital universitario, escuela de medicina o escuela de posgrado de psicología local para solicitar recomendaciones.

Si hay un grupo de apoyo de TDAH en su área, podría ser de gran ayuda ir allá y hablar con la gente que pertenece al grupo. Lo más probable es que muchos de ellos hayan trabajado con uno o más profesionales en su comunidad y puedan ofrecer información sobre ellos. La mayoría de los planes de seguros listan a los profesionales por especialidad y pueden ayudar a quienes participan en sus planes a encontrar un profesional de la salud. Finalmente, hay muchos sitios de Internet que listan proveedores de servicios de TDAH, entre ellos el directorio de profesionales de CHADD.

¿Cómo sé si necesito una evaluación para el TDAH?

La mayoría de adultos que buscan una evaluación para el TDAH experimentan problemas importantes en una o más áreas

de la vida. Los siguientes son algunos de los problemas más comunes:

- Desempeño inconsistente en los trabajos o en la profesión; pérdidas o despidos laborales frecuentes
- Historia de bajo rendimiento académico o profesional
- Poca capacidad para manejar las responsabilidades del día a día tales y como realizar las labores del hogar, tareas de mantenimiento, pago de las facturas y organización de las cosas
- Problemas en las relaciones por no realizar las tareas



- Olvidar cosas importantes o alterarse fácilmente por cosas menores
- Estrés y preocupación crónica debido a no poder lograr los objetivos ni cumplir con las responsabilidades
- Sentimientos crónicos e intensos de frustración, remordimiento o culpa

Un profesional calificado puede determinar si estos problemas se deben al TDAH, alguna otra causa o una combinación de causas. Aunque algunos de los síntomas del TDAH son evidentes desde la infancia temprana, es posible que algunos individuos no experimenten problemas importantes hasta más tarde en la vida. Por ejemplo algunos individuos muy brillantes y talentosos pueden compensar sus síntomas de TDAH y no experimentan problemas significativos hasta que llegan al bachillerato, la universidad o durante carrera profesional. En otros casos, es posible que los padres hayan proporcionado un ambiente bastante protector, estructurado y de apoyo, minimizando el impacto de los

síntomas del TDAH hasta que el individuo haya empezado a vivir de manera independiente como adulto joven.

¿Cómo debo prepararme para la evaluación?

La mayoría de las personas se sienten un poco nerviosas y aprensivas por ser evaluadas para cualquier tipo de afección como el TDAH. Esto es normal y no debe impedir que alguien buscara ser evaluado si tiene problemas importantes en la vida y si se sospecha el TDAH. Desafortunadamente algunas de las ideas equivocadas sobre el TDAH, como que solo ocurre en niños o que la persona simplemente está buscando una excusa, pueden hacer que las personas no estén dispuestas a buscar ayuda.

Para muchos profesionales es de gran ayuda revisar las libretas de calificaciones viejas u otros registros escolares que se remontan a la guardería o incluso la edad preescolar. Si dichos registros están disponibles, deben llevarse a la primera cita.



También deben llevarse a la cita copias de informes de cualquier prueba psicológica previa. Para los adultos que experimenten problemas en el lugar de trabajo, deben llevarse las evaluaciones de trabajo si están disponibles.

Muchos profesionales le pedirán al individuo que llene y entregue algunos cuestionarios antes de la evaluación y que le soliciten a su esposo/a o a cualquier otro miembro de la familia que participe en algunas partes de la evaluación. La finalización y entrega oportuna de los cuestionarios agilizará la evaluación.

¿En qué consiste una evaluación integral?

Aunque los procedimientos y los materiales de las pruebas de diferentes médicos pueden variar, se considera que ciertos protocolos son indispensables para una evaluación integral. Dentro de estos se encuentran: una entrevista diagnóstica exhaustiva, información de fuentes independientes como esposos u otros miembros de la familia, listas de verificación de síntomas del DSM-5, escalas de valoración de conducta estandarizadas para el TDAH y otros tipos de pruebas sicométricas que el médico considere necesarias. Estas se explican con más detalle a continuación.

La entrevista diagnóstica: síntomas de TDAH

La parte más importante de una evaluación integral de TDAH es una entrevista estructurada o semiestructurada, que proporcione una historia detallada de la persona. El entrevistador realiza un conjunto de preguntas predeterminadas y estandarizadas con el fin de aumentar la confiabilidad y reducir las posibilidades de que un entrevistador diferente llegue a conclusiones diferentes. El médico cubre un rango amplio de temas, discute asuntos relevantes con detalle y hace preguntas de seguimiento para asegurar que todas las áreas de interés sean tratadas. El examinador revisará los criterios diagnósticos para el TDAH y determinará cuántos de ellos aplican para el individuo tanto actualmente como desde la infancia. El entrevistador además determinará el grado en que los síntomas del TDAH están interfiriendo con la vida del individuo.

La entrevista diagnóstica: detección de otros trastornos psiquiátricos

El examinador también realizará una revisión detallada para ver si está presente algún otro trastorno psiquiátrico que se parezca al TDAH o que coexista comúnmente con el TDAH. El TDAH rara vez ocurre solo y la investigación ha demostrado que más de dos tercios de las personas con TDAH tienen una o más afecciones coexistentes. Entre las más comunes se encuentran: depresión, trastornos

de ansiedad, discapacidades del aprendizaje y trastornos de abuso de sustancias.

Muchas de estas afecciones tienen síntomas que pueden imitar los síntomas del TDAH y pueden de hecho ser confundidos con el TDAH. Una evaluación integral incluye la detección de afecciones coexistentes. Cuando una o más afecciones coexistentes se encuentran presentes junto con el TDAH, es indispensable que todas sean diagnosticadas y reciban tratamiento. El no tratar las afecciones coexistentes, con frecuencia lleva al fracaso del tratamiento del TDAH; y sobre todo, cuando los síntomas del TDAH son una consecuencia secundaria de la depresión, la ansiedad o algún otro trastorno psiquiátrico, el no detectarlos puede dar como resultado un tratamiento incorrecto del TDAH en este individuo. En otros casos, dar tratamiento para el TDAH eliminará el otro trastorno y la necesidad de dar un tratamiento diferente al del TDAH.

También es posible que el examinador haga preguntas acerca del historial de salud personal, desarrollo desde la infancia temprana, experiencia académica y laboral, historial de conducción, abuso de drogas y alcohol, vida familiar y/o marital e historial social. El examinador buscará patrones que sean típicos en individuos con TDAH y también intentará determinar si algún factor aparte del TDAH pueda estar causando síntomas parecidos a los del TDAH.

Participación de los seres queridos

Para el médico también es indispensable entrevistar a una o más fuentes independientes, usualmente un ser querido (esposo/a, miembro de la familia, padre/madre o pareja) que conozca bien a la persona. Este procedimiento no tiene como fin cuestionar la honestidad de la persona sino más bien obtener información adicional. Muchos adultos con el TDAH tienen una memoria mala o fragmentada de su pasado, especialmente de la infancia. Es posible que recuerden detalles específicos pero que olviden si les hicieron algún diagnóstico o qué problemas enfrentaron. Por lo tanto el médico puede solicitarle a los padres del paciente

que está siendo evaluado, que llenen un perfil de TDAH retrospectivo que describa el comportamiento de la infancia.

Es posible que muchos adultos con el TDAH tengan escasa conciencia de cómo las conductas asociadas al TDAH causen problemas para ellos y afecten a los demás. En el caso de matrimonios o parejas de hecho, es por el bien de la pareja que el médico los entreviste juntos al revisar los síntomas del TDAH. Este procedimiento ayuda al esposo o al compañero que no padece del TDAH a desarrollar un conocimiento preciso y una actitud de empatía respecto al impacto de los síntomas del TDAH sobre la relación, preparando el escenario para mejorar la relación después de que el proceso diagnóstico haya finalizado. Si no es posible entrevistar a los seres queridos, una buena alternativa es pedirles que llenen las listas de verificación de síntomas.

Es posible que muchos adultos con TDAH se sientan profundamente frustrados y avergonzados por los problemas actuales causados por el trastorno. Es muy importante que la persona que está siendo evaluada discuta estos problemas de manera abierta y honesta y que no oculte ninguna información debido a sentimientos de vergüenza o miedo a la crítica. La calidad de la evaluación y la precisión del diagnóstico y de las recomendaciones terapéuticas se determinarán en gran parte por la precisión de la información que se proporcione al examinador.

Escalas de valoración de conducta estandarizadas

Una evaluación integral puede incluir una o más escalas de valoración de conducta estandarizadas. Estos cuestionarios utilizan información basada en investigaciones que comparan la conducta de las personas con TDAH con la de personas sin TDAH. Los puntajes en las escalas de valoración no se consideran diagnósticos por sí solos pero sirven como fuente importante de información objetiva en el proceso de evaluación. La mayoría de los médicos le piden al individuo

que se someta a la evaluación y al ser querido del individuo que llene estas escalas de valoración.

Pruebas adicionales

Dependiendo del individuo y de los problemas que se estén afrontando, es posible que se utilicen pruebas psicológicas, neuropsicológicas o de discapacidades del aprendizaje adicionales según sea necesario. Esas pruebas no diagnostican el TDAH directamente pero proporcionan información importante sobre la forma en que el TDAH afecta al individuo. La realización de pruebas también puede ayudar a determinar la presencia y los efectos de afecciones coexistentes. Por ejemplo, para poder determinar si el individuo tiene una discapacidad del aprendizaje, el médico usualmente administra una prueba de habilidades intelectuales así como también una prueba de logros académicos.

Examen médico

Si el individuo que está siendo evaluado no ha tenido un examen físico reciente (en los últimos 6 a 12 meses) se recomienda realizar un examen médico para descartar causas médicas de los síntomas. Algunas afecciones médicas como los problemas de tiroides y los trastornos convulsivos pueden causar síntomas que se parecen a los síntomas del TDAH. Un examen médico no confirma el TDAH pero es extremadamente importante para ayudar a descartar otras afecciones o problemas.

Concluir la evaluación

Hacia el final de la evaluación, el médico integrará la información recolectada a través de diversas fuentes, realizará un resumen o informe por escrito y le proporcionará al

individuo y a su familia opiniones diagnósticas sobre TDAH así como también sobre otros trastornos psiquiátricos o discapacidades del aprendizaje que pudieran haber sido identificados durante el curso de la evaluación. Luego el médico revisará las opciones de tratamientos y ayudará a planificar el curso de intervención médica y sicosocial adecuado para el individuo. Después, el médico se comunicará con el proveedor de atención primaria del individuo según lo considere necesario.



Si desea obtener más información

Barkley, RA. (2014). Attention-deficit hyperactivity disorder, fourth edition: A handbook for diagnosis and treatment. New York, NY: Guilford Press.

Wolraich, M. & DuPaul, G. (2010). ADHD diagnosis and management: A practical guide for the clinic and the classroom. Baltimore, MD: Brooks Publishing.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad.

www.cdc.gov/ncbddd/adhd/diagnosis.html

Encuentra tu grupo local de CHADD



Para mayor información sobre el TDAH o CHADD, por favor contacte:
Centro Nacional de Recursos para el TDAH
4601 Presidents Drive, Suite 300
Lanham, MD 20706-4832
1-800-233-4050
www.chadd.org/nrc