

# Michael Phelps

**Alonso Benítez Consultoría**

[igomez@herald.com](mailto:igomez@herald.com)

Aparte de ser admirado por su fortaleza como deportista, después de ganar ocho medallas de oro en los juegos olímpicos en China, Michael Phelps se ha convertido en una inspiración para quienes tienen que lidiar con el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDA/H).

"Phelps enseña que es posible salir adelante lidiando con el TDA/H y realmente tener éxito. Ojalá inspire a otros a buscar ayuda", declaró Robert Hendren, presidente de The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP).

"Es obvio, para quienes siguieron los juegos olímpicos, que Phelps cuenta con una familia unida y entusiasta que lo ha apoyado para encontrar algo en lo que encaja perfectamente, como es la natación", añadió.

De acuerdo con declaraciones de su madre, Phelps ha contado con ayuda médica desde niño.

Si bien el TDA/H se diagnostica con mayor frecuencia en los niños, es un trastorno que dura toda la vida y que afecta a personas de todas las edades.

Los datos sobre la prevalencia del TDA/H en los adultos son limitados, aunque en la actualidad se calcula que puede afectar del dos al cuatro por ciento de la población adulta.

"El auge del TDA/H en los adultos es nuevo, pero hay que tener en cuenta que ésta es una condición crónica; ahora es que nos damos cuenta de lo que puede pasar cuando una persona que la sufre va a la universidad o al trabajo y no recibió ayuda de niño", dice Marisa Azaret, doctorada en Psicología y con consulta en Coral Gables.

'En los adultos es más difícil de diagnosticar, ellos no se suben a saltar en una mesa, por ejemplo, y no se nota su hiperactividad; por otra parte, no existe un examen sencillo, como una prueba de sangre, que lo determine', agrega.

El TDA/H es una condición biológica del cerebro caracterizada por la falta de atención y puede ir acompañada de comportamientos hiperactivos e impulsivos.

Los síntomas pueden continuar de la infancia a la adolescencia y luego en la edad adulta, y reflejarse en el bajo rendimiento en la escuela o en el trabajo, dificultad en las relaciones sociales y falta de autoestima.

Aunque la causa exacta no ha sido determinada, se cree que tiene un componente genético.

'Antes los padres observaban el comportamiento hiperactivo o distraído de sus hijos y no le prestaban mayor atención porque pensaban 'Yo era así' ', destaca el psiquiatra Alberto González, quien tiene su práctica en Carolina del Sur.

"Yo mismo tengo la enfermedad; me la diagnosticaron después de los 30 años de edad y gracias al tratamiento con medicinas mi vida ha cambiado, siento que funciono mejor en mi trabajo y en mi hogar", destaca.

De acuerdo con expertos de CHADD (Children and Adults with ADHD) no existe cura para el TDA/H, pero cuando se diagnostica y se trata de la manera apropiada puede mejorar y quienes la padecen pueden llevar una vida exitosa y feliz.

La evaluación de diagnóstico debe ser hecha por un profesional de la salud mental certificado y con experiencia en el manejo de la enfermedad. Se aconseja

elegir profesionales afiliados a hospitales y centros universitarios, donde hay más investigación e información acerca de nuevos descubrimientos.

La guía clínica para el diagnóstico la provee la American Psychiatric Association.

"Se debe estudiar la historia individual y familiar del paciente, entrevistar a padres y hermanos e, incluso, si es el caso, a su pareja; ellos pueden hablar de sus problemas crónicos, como lo son las dificultades en el aprendizaje, el manejo del dinero, impulsividad, irresponsabilidad, así como la falta de capacidad para finalizar una tarea o para mantener un trabajo, entre otras", describe Azaret.

"A veces el diagnóstico puede ser turbio y ligado a condiciones coexistentes de ansiedad, depresión y otros problemas de aprendizaje", agrega la psicóloga.

Otro factor importante es determinar qué tanto afecta esta condición la vida de la persona.

El TDA/H en los adultos, de acuerdo con Azaret, se trata a menudo con los medicamentos convencionales que se usan en los niños, como el Ritalin. Además, en el mercado se han puesto nuevas fórmulas, como Vyvanse.

Sin embargo, algunos expertos advierten que se debe considerar de manera cuidadosa la decisión de optar por una u otra medicina.

"Si usted quiere promover preocupación en el público y tiene dinero para hacer la publicidad, puede convertir cualquier cosa en una enfermedad", declaró para MMIV, CBS Worldwide Inc. el doctor Arthur Caplan, profesor de Bioética en la Universidad de Pensylvania, al referirse a la industria de las medicinas.

No obstante, Caplan aclaró que cree en el efecto positivo de los medicamentos cuando el diagnóstico es acertado.

En la medicina alternativa existen otras aproximaciones al tratamiento del TDA/H. Algunas involucran cambios en la dieta, en los patrones de sueño y ejercicio.

Otras aproximaciones incluyen terapias de relajación con imágenes guiadas, meditación e incluso yoga. Existen, además, remedios homeopáticos enfocados a mantener el balance del cerebro y del sistema nervioso.

"Creo en el yoga, la meditación y todo lo natural, si es que esto funciona en el paciente; pero hay un porcentaje de personas que necesitan ser medicadas", dice Azaret.

De acuerdo con información de la ADDA (Attention Deficit Disorder Association), los medicamentos pueden mejorar la concentración y reducir otros síntomas; sin embargo, no compensan ciertas habilidades que nunca aprendió el paciente, como lo es el manejo de las situaciones sociales.

"La terapia es un complemento que se enfoca a ayudar al paciente a lidiar con las situaciones sociales y la comunicación, el manejo del tiempo, cómo organizar cuentas y tareas diarias", cita como ejemplo Azaret. •

[igomez@herald.com](mailto:igomez@herald.com) Más información en organizaciones como National ADDA (National Attention Deficit Disorder Assoc.), CHADD (Children and Adults with ADHD) o The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP).

La discriminación, principal obstáculo para la integración educativa de niños con capacidades diferentes - En el mundo viven 580 millones de personas que padecen algún tipo de capacidad diferente - A mayor información sobre las

capacidades diferentes, más y mejores oportunidades de desarrollo e integración social BUAP/Proyecto 5

La Organización Mundial de la Salud (OMS) revela que de los seis mil millones de habitantes que coexisten en el globo terráqueo, 580 millones padecen algún tipo de capacidad diferente, cifra que equivale al diez por ciento de la población. En México, de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), el 6.43 por ciento de los ciudadanos menores a 20 años vive en condiciones de capacidades diferentes.

La Maestra Julieta Vera Ramírez, especialista en Psicología Clínica de la Facultad de Psicología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, señaló que estas personas, además de enfrentarse a la discriminación social, en algunas ocasiones, incluso su misma familia y las instituciones educativas les niegan el derecho a la educación y con ello cualquier tipo de desarrollo personal.

A través del proyecto de investigación “Integración Educativa en la Ciudad de Puebla”, la Maestra Vera Martínez, en coordinación con una de sus colegas, analizan cuántos niños con capacidades diferentes y en qué condiciones son aceptados e integrados al sistema educativo regular de nivel preescolar y primaria.

Refirió que la Secretaría de Educación Pública (SEP) contempla diferentes tipos de discapacidad en los niños: motora o física que implica algún impedimento para desplazarse por sí solos; sensorial, que involucra a ciegos y sordos y la intelectual, que por diversas circunstancias no tiene un pleno desarrollo de la inteligencia.

Señaló que los primeros resultados de este estudio revelan que aún cuando existe interés y preocupación por incorporar, apoyar y brindar educación a niños con capacidades diferentes, dichas acciones son mínimas.

La Especialista en Psicología Clínica explicó que el proyecto de investigación se centra en 244 instituciones educativas, de las cuales 96 son de origen privado y 148 públicas u oficiales de nivel preescolar y primaria.

Destacó que afortunadamente encontraron que el 61.9 por ciento de la población de estos niños son aceptados en alguna de las 244 escuelas, sin embargo, más del 37 por ciento también los deja fuera.

Agregó que uno de los factores que influyen para la aceptación o rechazo de los niños es la formación académica de los directivos, pues 216 de los 244 tienen nivel de normalistas y el 28 de ellos una profesión diferente.

“Otro de los aspectos se relaciona sobre la información que tiene el directivo de qué es la discapacidad, qué implica tener estudiantes con estos padecimientos y cómo debe formárseles; las encuestas revelan que 123 sí lo sabe; 109 sólo tienen una idea muy general y 12 lo desconocen”, indicó.

Asimismo, 189 directivos tienen conocimiento de lo que implica la integración educativa y 55 simplemente los desconocen; estos aspectos, señaló, son de gran importancia porque de ello depende la aceptación, la incorporación y desarrollo de los niños con capacidades diferentes.

“Estos son elementos muy importantes que nos permiten determinar que a mayor información y conocimiento por parte del director de la escuela, habrá mayor probabilidad de aceptar a estos niños, porque tiene un conocimiento previo de lo que implica formar en sus escuelas a niños con en estas condiciones”, acotó. La Maestra Vera Ramírez dijo que si bien estas acciones son la primera fase para brindar oportunidades de desarrollo a los niños con capacidades diferentes, también es muy importante conocer bajo qué condiciones las escuelas realizan el

proceso de integración, es decir, si están ofreciendo o no las condiciones necesarias para que logren alcanzar el máximo desarrollo de sus capacidades.

La discriminación es el principal obstáculo para el desarrollo de niños con capacidades diferentes y ello se constata en que los pequeños que tienen mayor posibilidad de integración son aquellos que padecen discapacidad intelectual.

“De estos pequeñitos podemos esperar que terminen la primaria y con la probabilidad de que desarrollen actividades o trabajo con habilidadesicomotoras, es decir, que no implica tanto la habilidad intelectual, por lo que es importante que los padres de familia tengan pleno conocimiento de ello para que los canalicen a estudios de nivel de carrera técnica con la finalidad de que puedan prepararse y desempeñarse de forma independiente en el futuro”, dijo.

Refirió que desafortunadamente cuando la propia familia se niega a brindar apoyo con la posibilidad de propiciarles un mejor desarrollo, en muchos de los casos, simplemente el niño ni siquiera tiene acceso a la escuela.

“Hace muchos años, los padres escondían a sus hijos, otros más los utilizaban para pedir limosna; lamentablemente en muchas comunidades rurales y de la ciudad de México, tienen recluidos a los niños, encadenados a la cama, no son tratados como personas y por supuesto no les brindan los estímulos para su mejor desarrollo”, acotó.

Dijo que es necesario que la familia además de conocer qué implica la discapacidad, también se informe de cómo puede ayudar a su hijo, porque el padecer algún tipo de capacidades diferentes no significa que ya no tienen oportunidad de desarrollarse en otras áreas.

“Dependiendo de la discapacidad, y si ésta no registra serias consecuencias, principalmente la física y sensorial, todos tienen mayores oportunidades de desarrollo siempre y cuando se les ofrezca las condiciones y el proceso de estimulación para los demás sentidos, aunado a ello desarrollar estrategias que les permita adquirir dicho aprendizaje”, señaló.

La Académica de la BUAP puntualizó que a través de organizaciones como la UNESCO se apoya para que niños con capacidades diferentes tengan acceso a la educación y a partir de ello puedan ir construyendo un mejor futuro.

“En décadas pasadas no se permitía a las personas con capacidades diferentes ingresar a la educación, sin embargo, esto cambió después de los primeros movimientos llamados “Normalización” que se realizaron en países europeos, donde familiares, psicólogos y especialistas apoyaron acciones a favor de personas con discapacidad, además de exigir que fueran integrados social y educativamente”, señaló.

Puntualizó que en el caso particular de México, existe una Ley General de Educación, que en su artículo 41 establece que niños menores de edad con algún tipo de capacidad diferente tienen derecho a ser integrados a los planteles de educación regular, aspecto legal que debe ser respetado.

Vera Ramírez destacó que en la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla año con año se incrementa el número de aspirantes con capacidades diferentes y sin duda la Institución propicia las condiciones para que cumplan con los trámites del proceso de Admisión BUAP y con ello se abren los espacios para el desarrollo profesional de los mismos.

Sin embargo, a pesar de que se están generando las condiciones para la aceptación e integración de los niños y jóvenes con capacidades diferentes en las instituciones educativas, en muchas de éstas sigue prevaleciendo la discriminación social, porque no existe tolerancia a las diferencias.

“En algún momento de nuestras vidas, todos llegaremos a padecer algún tipo de discapacidad, cuando todos lleguemos a la tercera edad, nos enfrentaremos a diversos padecimientos principalmente problemas visuales y psicomotores, por ello, la sociedad debe hacer conciencia y sensibilizarse para apoyar a quienes sufren alguna discapacidad”, concluyó.

Copyright © 2007-2008 todos los derechos de proyectocinco.com son de Alonso Benítez Consultoría cuyo domicilio se encuentra en: 2da de Emiliano Zapata #32, Santa Catarina Hueyatzacoalco, Texmelucan, Puebla. México.