

Comprender el TDAH, primer paso para derribar estigmas: UAEMéx

- *La Clínica Multidisciplinaria de Salud de la Universidad Autónoma del Estado de México brinda orientación y valoración psicológica para contribuir a la detección y atención oportuna de esta condición.*

Toluca, Méx. - Domingo 9 de agosto de 2026. Más que un problema de conducta o falta de disciplina, el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es una condición del neurodesarrollo que requiere comprensión, atención especializada y acompañamiento. La psicóloga de la Clínica Multidisciplinaria de Salud de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx), Edith Reyes Ballina, destacó la importancia de fortalecer la información y sensibilización en torno a esta condición para favorecer su detección oportuna y eliminar los estigmas que aún enfrentan quienes la presentan.

La especialista universitaria explicó que el TDAH tiene un origen principalmente neurobiológico y genético y se manifiesta, con mayor frecuencia, mediante dificultades de atención, hiperactividad e impulsividad. Estas características pueden repercutir en distintos ámbitos de la vida, como el aprendizaje, la organización de actividades, las relaciones sociales y la regulación emocional, particularmente cuando no se cuenta con un diagnóstico y atención adecuados.

Reyes Ballina señaló que la detección temprana, especialmente durante la infancia, permite implementar estrategias que favorecen el desempeño escolar, fortalecen las habilidades sociales y contribuyen a prevenir la aparición de problemas asociados, como ansiedad, depresión o consumo de sustancias. Preciso que el diagnóstico debe ser realizado por profesionales de la salud, como psicólogos, psiquiatras o paidopsiquiatras, quienes determinan el abordaje más adecuado de acuerdo con las necesidades de cada persona.

Indicó que la atención del TDAH requiere, en determinados casos, un abordaje multidisciplinario que puede incluir tratamiento farmacológico, cuando es prescrito por un especialista, así como atención psicológica, terapia cognitivo-conductual y terapia ocupacional. A ello se suma el acompañamiento constante de la familia y del entorno escolar, elementos fundamentales para favorecer el desarrollo integral.

En este sentido, destacó que madres, padres, docentes y personas cuidadoras pueden contribuir significativamente mediante rutinas estructuradas, instrucciones claras, refuerzo positivo de los logros y la construcción de ambientes libres de prejuicios. Estas acciones, dijo, permiten fortalecer la autoestima, favorecer la inclusión y generar condiciones que respondan a las necesidades particulares de quienes viven con TDAH.

En el ámbito universitario, Edith Reyes Ballina explicó que algunas y algunos estudiantes con esta condición pueden enfrentar dificultades para organizar el tiempo, mantener la concentración, controlar impulsos o regular sus emociones. Sin embargo, subrayó que estos desafíos pueden atenderse mediante acompañamiento

profesional y estrategias de aprendizaje adecuadas, además de la participación en actividades deportivas, culturales y recreativas que contribuyan a su desarrollo integral.

Como parte de su compromiso con el bienestar de su comunidad, la UAEMéx, a través de la Clínica Multidisciplinaria de Salud, ofrece servicios de valoración psicológica, orientación y seguimiento profesional que pueden contribuir a la detección oportuna y atención del TDAH, así como al fortalecimiento de la salud mental.

Finalmente, la psicóloga universitaria invitó a estudiantes, docentes, personal administrativo y familias a informarse sobre esta condición, evitar etiquetas y prejuicios y reconocer las capacidades y talentos de las personas con TDAH. Destacó que, con comprensión, acompañamiento y acceso oportuno a atención especializada, es posible favorecer su desarrollo pleno y bienestar en los distintos ámbitos de la vida.