

Mujeres y madres diagnosticadas con TDAH fundamentales en la crianza de sus hijos

- Una mujer diagnosticada con TDAH y tratada adecuadamente podrá influir positivamente en el desarrollo de sus hijos.
- El estrés, la ansiedad y la decepción en mujeres con este trastorno se vuelve mucho más latente al ser madres.
- Existen herramientas terapéuticas como los grupos de apoyo, en los que se potencia la solidaridad y la empatía entre mamás e hijos con TDAH.

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es uno de los trastornos mentales de mayor prevalencia en la población infantil, según la Secretaría de Salud, ya que afecta entre el 6 y 8 % de los niños y niñas entre los 6 y los 16 años de edad. Este padecimiento crónico no es exclusivo de los niños, también afecta entre el 3 y 4% de la población adulta.

Es fácil entender que cada persona puede vivir una experiencia diferente de cuando padece o está cerca de alguien diagnosticado con TDAH. Sin embargo, no siempre se habla de las grandes diferencias que experimentan hombres y mujeres al padecer este trastorno. Para los niños los síntomas de hiperactividad e impulsividad generalmente predominan; mientras que en las niñas es la presentación de inatención la predominante, razón por la cual, la presencia del padecimiento no es tan evidente para los padres y eso lleva a que, muchas de las mujeres con este padecimiento sean diagnosticadas hasta la edad adulta.

Aunque la causa exacta del TDAH no está clara y las investigaciones para obtener mayores respuestas continúan, existe evidencia científica de aspectos genéticos involucrados, posicionando al TDAH como el trastorno psiquiátrico con mayor heredabilidad, de hasta un 70 a 80% de probabilidad de pasar de padres a hijos, ubicándolo como uno de los problemas del neurodesarrollo que más afecta a la población infantil en el mundo.

El 4% de las mujeres alrededor del mundo sufre este trastorno y está comprobado que el estrés, la ansiedad y la depresión en mujeres diagnosticadas con TDAH se vuelve mucho más latente al ser madres.

Según estadísticas del Instituto Nacional de las Mujeres el 90.2% de las mexicanas mayores de 30 años son madres, y muchas de ellas lidian con este trastorno que influye a nivel personal y familiar, siendo esencial ser tratadas médicamente para que puedan llevar buena calidad de vida y para poder criar a sus hijos en un entorno saludable, seguro y solidario.

Algunos rasgos de mujeres y madres con TDAH son:

- Son desorganizadas y tienen falta de atención a los detalles.
- Baja autoestima y pobres relaciones interpersonales.
- Sufren angustia psicológica, estrés crónico y sentimientos de insuficiencia.

Todo lo anterior genera problemas en todos los ámbitos de las madres de familia que padecen TDAH por lo siguiente:

- Déficit económico, ya que los tratamientos, terapia y seguimiento forman parte de la canasta básica del hogar.
- Compatibilización de horarios dedicados a la jornada laboral y al cuidado de los hijos/as, y por este motivo, se ven obligadas a aceptar empleos de medio tiempo, y a su vez un sueldo menor.
- En el sector salud hay carencia de información y de acceso a instituciones como prestación laboral.
- Se potencializan los niveles de estrés, ansiedad, depresión si no se lleva un tratamiento adecuado.
- El número de hijos complejiza aún más la situación, porque se enfocan en quien tiene el padecimiento o porque el total de hijos lo padece.
- Falta de apoyos para la educación académica, ya que en las escuelas no se brindan los apoyos necesarios por falta de conocimiento del tema.

El papel que juegan las madres de familia en la formación de los hijos/as es muy importante por lo que se necesita de su adecuada capacitación en la crianza de forma positiva. No obstante, es primordial que las mamás comiencen a adentrarse, sean atendidas, lleven un tratamiento personalizado y se informen científicamente para saber cómo llevar una vida de calidad y como poder criar a sus hijos, entenderlos y saber manejar su conducta y sentimientos.

Esto se convierte en una experiencia agotadora, debido a que son madres irremplazables en su rol, que deben en primer lugar conocer el trastorno, recibir tratamiento adecuado, incluido el farmacológico, así como empatizar y adaptarse a las características de su hijo, no solo para establecer pautas de crianza coherentes, sino para impulsarlo y guiarlo de la mejor forma posible; enseñándolo, cuidándolo y orientándolo.

Por otro lado, la experiencia de vida de una madre con TDAH bien tratada, resulta altamente satisfactoria y efectiva como apoyo frente a sus hijos, reconociendo que el camino para lograrlo, es más complejo, pero alcanzable y gratificante, gracias a las herramientas que van adaptando y a al esfuerzo diario que se hace en conjunto.

Es por ello que Projectodah a través de los grupos de apoyo para madres y padres de hijos/as con TDAH brindan orientación, información y estrategias de afrontamiento, en las cuales el 95% de los/las asesores/as son madres que han y siguen viviendo y conviviendo con el trastorno, pero que han llevado tratamiento multimodal y sus intervenciones han sido positivas y pueden transmitirse tejendo una red de empatía y solidaridad.

Para mayor información visite: **cerebrofeliz.org**