

CREATIVOS E HIPERACTIVOS

Se calcula que un 5% de los niños son hiperactivos. Su energía puede llegar a superar en muchas ocasiones a sus padres. Pero muchos de estos niños tienen un nivel de creatividad muy elevado, tal como se demuestra en algunos personajes históricos

LA SITUACIÓN AFECTA AL 5% DE LOS ESCOLARES, Y MENOS A LAS NIÑAS

Un aula llena de críos de 8 años. Es una clase con 30 niños. La profesora de lengua manda leer en silencio un texto de la lección 9. Algunos obedecen y abren el libro buscando la página donde se encuentra el relato que ha indicado la maestra. Otros también cogen el libro, pero parece que les cueste ojearlo. Y algún que otro ni siquiera mira dónde lo tiene, ni lo busca ni le interesa. O tal vez sí, al principio, pero en seguida se cansa y empieza a armar jaleo en la clase. La maestra le manda callar y el niño sigue erre que erre. La situación cobra tintes exasperantes porque el revuelo va aumentando, y el adulto que está en clase sortea ese momento como puede. ¿Este jaleo en clase es una excepción? Pues no tanto. Así que la maestra querrá hablar con los padres de la criatura para tener un intercambio de impresiones. El niño en cuestión puede ser un gamberro o un maleducado, o sencillamente se trata de un niño hiperactivo. También es probable que los padres ya lo supieran incluso antes de que el hijo cumpliera tres años. Es más, "algunas embarazadas notan que el feto ya se mueve mucho o está muy inquieto", asegura María Jesús Mardomingo, jefa de psiquiatría y psicología infantil del hospital universitario Gregorio Marañón, de Madrid, y presidenta de la Asociación Española de Psiquiatría Infanto-Juvenil. Y no es una excepción porque la hiperactividad es el trastorno más frecuente en la infancia. Se estima que afecta al 5% de la población en edad escolar, y más a los niños que a las niñas en una proporción de cuatro a uno. Por poner un ejemplo, en Estados Unidos hay más de dos millones y medio de niños diagnosticados con este trastorno, según el centro de investigación Epoch Creative Cognition.

Los expertos lo llaman trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). La Federación Española de Asociaciones al Déficit de Atención e Hiperactividad señala que si un hijo no para quieto, habla demasiado, no escucha lo que se le dice, le cuesta mantener la atención, pasa de una actividad a otra constantemente, pierde prendas u objetos de forma habitual, se distrae con facilidad o se enfrasca en actividades peligrosas, es probable que la criatura

esté sufriendo el TDAH. La mayor parte de las personas se refieren a estos niños como hiperactivos y para los padres puede ser un calvario, al menos al principio, sobre todo cuando no saben qué le pasa al niño. Para Paqui Ojados, psicóloga que trabaja en el hospital Clínic de Barcelona y en la Fundación Adana (el objetivo de la fundación es mejorar la calidad de vida de las personas con TDAH), "el trabajo empieza primero con los padres y maestros para incorporar pautas muy concretas. Un ejemplo: el autocontrol. Evidentemente hay que dar pautas para que el niño incorpore el autocontrol, pero primero tendrán que ser los propios padres quienes incorporen este autocontrol para evitar sentirse desbordados por un hijo de estas características".

Afortunadamente, antes o después todos pueden aprender con la situación que les toca vivir. "Yo he aprendido a posteriori", comenta Teresa Moras, madre de un chico hiperactivo que ahora tiene 24 años, y presidenta de la Asociación de Niños con Síndrome de Hiperactividad con Déficit de Atención (Anshda) de Madrid. "Mi hijo, cuando era un niño, ni tan siquiera finalizó el graduado escolar. No le exigíamos lo exigible. En cambio, a mi hijo mayor le hemos sobreexigido lo que no le exigíamos a su hermano. Así que llegó el momento en el que el mayor dijo basta a su manera. Era una situación que repercutía en todos los miembros de la familia". Una situación ahora felizmente superada. Su hijo mayor es informático, el menor - el hiperactivo- marchó a trabajar a Londres, donde estuvo un año y medio. Volvió. Decidió sacarse el graduado escolar para adultos y hace poco terminó los estudios de auxiliar de vuelo y ya le ha salido trabajo", comenta satisfecha Teresa Moras.

Pero no siempre un niño inquieto o movido es hiperactivo. Beatriz Mena, directora de la Fundación Adana, asegura que en algunos momentos de la vida "todos podemos manifestar alguna de las características del TDAH". Al fin y al cabo, los niños por naturaleza se mueven mucho, y más en un entorno de sobreestimulación. Alguno de "los diagnosticados con este trastorno puede estar relacionado con la exposición constante de su cerebro a intensas ráfagas de estímulos cuando están conectados a internet", señala Marilyn B. Benoit, ex presidenta de la Academia Americana de Psiquiatría del Niño y del Adolescente. O simplemente necesitan dormir más. Como indica Gonzalo Pin, director de la unidad del sueño del hospital Quirón de Valencia, "un niño que duerme poco manifiesta los mismos síntomas que el hiperactivo: se mueve más, está irritable, le cuesta concentrarse y baja su rendimiento escolar". Así que si Morfeo vela por estos niños pueden desaparecer los síntomas. "Hasta los seis años deben dormir una media de 12 horas diarias, y ningún niño de menos de diez años debería estar levantado después de las 21.30 horas", indica el doctor Pin. Si aun así los síntomas persisten, tal vez entonces pueda tratarse del TDAH. De todas maneras, "no hay ninguna prueba clínica médica que confirme la existencia de TDAH; en todo caso la intensidad y la frecuencia de una serie de conductas puede ser determinante para valorar si un niño sufre este tipo de trastorno", señala Beatriz Mena. El TDAH evoluciona con los años y la

sintomatología puede llegar a desaparecer. Según la psiquiatra María Jesús Mardomingo, en "el 50% de los casos los síntomas persisten hasta la vida adulta".

¿Y esto es un problema? Si se toma como un problema, sí. Pero hay otras maneras de enfocarlo. Por ejemplo, Howard Abikoff, profesor de Psiquiatría Infantil y del Adolescente de la Universidad de Nueva York y director del Instituto del Défi cit de Atención e Hiperactividad y Trastornos de la Conducta, asegura que es posible convertir los aspectos molestos de la hiperactividad en positivos: "Hay adultos que han buscado un entorno propicio para aprovechar de forma creativa todo el potencial energético de la hiperactividad". Según el presidente de ADD Coach Academy, David Giwerc, un tanto por ciento elevado de personas emprendedoras y creativas sufren el TDAH, aunque algunas no lo supieron hasta que ya fueron mayores, como Thomas Apple, el inventor y diseñador del Nasdaq, la bolsa estadounidense de los valores tecnológicos. Otros incluso prefieren no tomar medicación alguna para aprender a gestionar todo el potencial de la hiperactividad, como David Neelman, fundador de la compañía de aviación JetBlue Airways.

Se tome o no la medicación, es importante tener presentes algunas recomendaciones que Bonnie Cramond, directora del Torrance Center para el Estudio de la Creatividad y Desarrollo del Talento del departamento de Psicología de la Educación de la Universidad de Georgia, hace a padres y educadores. "Hay que tener la mente muy abierta cuando se observan conductas difíciles porque pueden ser indicativas de una especial capacidad para la creatividad. Muchos de los niños con TDAH no muestran su creatividad hasta que han madurado. Es importante observar en qué condiciones la conducta problemática se intensifica o disminuye. También es interesante preguntar al niño en qué está pensando cuando parece que está inatento, así se puede descubrir qué otras cosas le están llamando la atención. Mejor escoger un psicólogo que esté especializado tanto en el TDAH como en los procesos asociados a la creatividad. Y por último, se ha de dar al pequeño la oportunidad de que pueda alimentar su creatividad y construir su amor propio". La psicóloga Paqui Ojados lo sintetiza de esta otra manera: "Hay que fomentar el autocontrol, la autoestima y la relación con el otro". El mundo necesita los seres creativos, emprendedores y constructivos. Al fin y al cabo, como indica Nicolás Fayed, jefe del servicio de neuroradiología de la clínica Quirón de Zaragoza, "un niño hiperactivo es como si en lugar de funcionar a una corriente de 125 voltios funcionara a una de 220". Por ello, en ocasiones es difícil saber dónde está la línea que separa los hiperactivos de los superdotados, si es que hay alguna línea. Para Camilo Botero, director de un centro médico en Sant Cugat especializado en medicina integrativa, "estos niños están aprendiendo a vivir dentro de un organismo sumamente sensible a cualquier estímulo externo.

Se trata, entre otras cosas, de darles instrumentos para que aprendan a gestionar este cuerpo. Por ejemplo a través de los ritmos, los horarios, la música, la pintura, la expresión corporal, divirtiéndose". Ellos se lo pasarán bien, los padres también y la sociedad se beneficiará.