

DÉFICIT DE ATENCIÓN POR HIPERACTIVIDAD (TDAH) EN ADULTOS

- ▶ El TDAH en los adultos puede llevar a relaciones inestables, mal desempeño en el trabajo o en la escuela, baja autoestima y otros problemas. El trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) es un trastorno mental que comprende una combinación de problemas persistentes, como dificultad para prestar atención, hiperactividad y conducta impulsiva.
- ▶ Los síntomas del TDAH en adultos pueden no ser tan claros como los síntomas del TDAH en niños. En los adultos, la hiperactividad puede disminuir, pero los problemas con la impulsividad, la inquietud y la dificultad para prestar atención pueden continuar.



Muchos adultos con TDAH no saben que lo tienen; solo saben que las tareas cotidianas pueden resultarles difíciles.

Los adultos con TDAH pueden tener dificultades:

- Para concentrarse y establecer prioridades, lo que suele ocasionar que no cumplan con fechas límite y se olviden de reuniones o eventos sociales.
- La incapacidad para controlar los impulsos puede oscilar entre tener impaciencia al esperar en una fila o al conducir con mucho tránsito.
- Cambios de humor y arrebatos de ira.

Algunos de los síntomas del TDAH en adultos son los siguientes:

- Impulsividad.
- Desorganización y problemas para establecer prioridades.
- Escasas habilidades para administrar el tiempo.
- Problemas para realizar múltiples tareas a la vez.
- Problemas para concentrarse en una tarea.
- Problemas para realizar tareas y terminarlas.

- Actividad excesiva o inquietud.
- Problemas para enfrentar el estrés.
- Baja tolerancia a la frustración.
- Cambios de humor frecuentes.
- Temperamento irascible.
- Escasa planificación.

DR RACHAEL
MENTAL



GOBIERNO DE
MÉXICO



Este proyecto Núm. 312207 "Plataforma de apoyo al bienestar psicológico y psicosocial en condiciones de aislamiento" de la Convocatoria para Proyectos de Investigación Científica, Desarrollo Tecnológico e Innovación en Salud ante la Contingencia por COVID-19 fue apoyado por el Conacyt.

