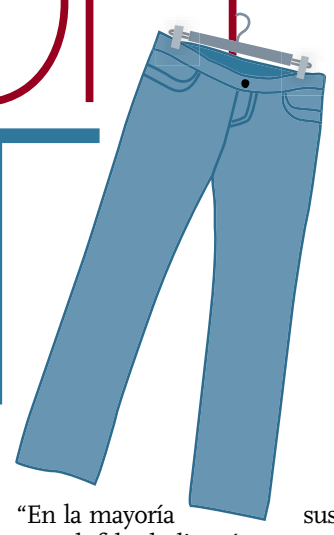
LaCENTRAL

PUNTAL |||| **La medicación es la clave**

Distracción TOTAL



EL DÉFICIT DE ATENCIÓN ES COMO UN GRAN DESORDEN MENTAL. QUIENES LO PADECEN SE OLVIDAN DE TODO, NO MANEJAN HORARIOS Y SON INCAPACES DE CONCENTRARSE MUCHO TIEMPO. LA BUENA NOTICIA ES QUE ESTE PROBLEMA TIENE TRATAMIENTO

●●● Maritza **Noriega**

Hay personas en este planeta que son capaces de salir a trabajar y percatarse, ya en la calle, de que no llevan pantalones. O van al parque a montar bicicleta, pero sin la bici. Y no es que tengan mala memoria, sino que padecen un problema serio de concentración, se distraen fácilmente y esto les trae serios problemas.

Ellas padecen el trastorno de déficit de atención y son el desorden en persona. Suelen hacer todo rápidamente, andan pensando qué van a hacer después, estudiar les cuesta más esfuerzo que a los demás, son incapaces de escuchar una conferencia de hora y media y, en los casos más severos, pierden el puesto de trabajo todo el tiempo y hasta se refugian en drogas y alcohol.

El doctor Alberto Fernández, director médico del Instituto de Neurociencias Aplicadas, atiende casos de déficit de atención y él mismo lleva este diagnóstico a cuestas. "Sufrí mucho de estudiante. Ingresé becado a la universidad, porque desde primero hasta quinto de media había salido primero en el salón, solo que eso me costó la adolescencia, porque aprender me tomaba cinco veces más que a los demás. Nunca pude sentarme a hacer un trabajo 15 minutos seguidos, porque lo interrumpía múltiples veces. Finalmente, un día tomé la medicación para tratar el déficit de atención a las 9:00 a.m., me senté a trabajar a las 9:45 a.m. y no paré hasta que mi esposa me llamó a almorzar a las 2:00 p.m. El efecto del medicamento fue inmediato", comenta el doctor Fernández.

DIAGNÓSTICO TEMPRANO

El trastorno de déficit de atención suele diagnosticarse en la niñez, porque ahora las madres acostumbran llevar a sus hijos a terapias ante la menor alarma. Pero antiguamente los niños crecían sin psicólogos y casi sin médicos, de modo que un chico con déficit de atención en los años 60 o 70 pasaba fácilmente por una persona con problemas de aprendizaje o como el malcriado del salón o el desequilibrado... o todo ello junto. Obviamente, un chico así recibía más llamadas de atención que cualquiera, se le imputaban todos los calificativos negativos del mundo y el pobre crecía con una autoestima del tamaño de una pulga.

NADA QUE VER CON LA INTELIGENCIA

El déficit de atención no tiene nada que ver con la inteligencia. De hecho, David Mitman, el fundador de la línea aérea Jet Blue, tiene déficit de atención y no solo es un empresario exitoso, sino también una persona muy inteligente y creativa. Pero es muy malo para manejar su tiempo, jamás llega puntual a ninguna parte y, hasta hace unos años, cada vez que debía tomar un avión se daba cuenta en los controles de que no llevaba su pasaje. Por eso se le ocurrió crear el boleto aéreo electrónico.

"En la mayoría de casos, la falta de diagnóstico y tratamiento convierte al adulto con déficit de atención en una persona marginal, con problemas personales, familiares y laborales, probablemente con depresión crónica y muchas posibilidades de ser alcohólico o drogadicto", manifiesta el neurólogo Armando Filomeno, experto en este tema y miembro de la AD/HD Global Network (entidad que reúne a líderes mundiales de grupos de apoyo a este trastorno).

Lo curioso es que "hasta hace relativamente pocos años se pensaba que en los adultos no existía este problema, debido a que la hiperactividad, el componente más notorio de este trastorno, tiende a disminuir o desaparecer con los años", advierte el doctor Filomeno.

TERAPIA TARDÍA

Felizmente, incluso si el mal se diagnostica recién en la adultez es posible recibir tratamiento (medicación y terapia cognitiva conductual) y mejorar considerablemente, tal como les sucedió al doctor Fernández y a Maya Echegaray, una mujer de 46 años con déficit de atención a quien se le diagnosticó este trastorno después de descubrirlo en sus dos hijos.

"Yo no podía ver los mensajes que me enviaban al correo, pensaba que este solo servía para escribir y mandarlos. El día que tomé mis pastillas para el déficit de atención vi todo en la pantalla, fue como enfocar las cosas. Al ir al banco, de pronto noté que todo funcionaba por números: el boleto de atención, la caja, las pantallas. De golpe descubres el mundo y lo que más te duele es que antes no lo veías", comenta Maya.

Lamentablemente, mucha gente teme usar este tipo de medicamentos, porque actúan sobre el cerebro. Sin embargo, los especialistas manifiestan que el temor es infundado, ya que a lo largo de muchos años han demostrado no tener efectos secundarios. Por el contrario, "permiten llevar una vida normal y exitosa. Lo riesgoso del tratamiento con medicamentos bien efectuado es que no lo reciba quien lo necesite", afirma Filomeno.

La única solución para el déficit de atención es la medicación correctamente administrada y la terapia psicológica. Sin tratamiento, lo más probable es que la persona vaya de fracaso en fracaso desde la niñez hasta la vida adulta. ●