

¿Cuáles son los pasos necesarios para inscribirse en un sistema de cuidado?

Aunque el sistema de cuidado de cada comunidad es diferente, la mayoría de los niños y jóvenes siguen los siguientes pasos para inscribirse:

Primer paso: Diagnóstico y referido—Para ser considerado para inscripción en un sistema de cuidado, su hijo debe tener un trastorno conductual, emocional o mental debidamente diagnosticado que afecte severamente su vida. Además, la mayoría de los niños y jóvenes son dirigidos a un sistema de cuidado por proveedores de servicios de salud mental, educadores, profesionales de la justicia juvenil, profesionales del bienestar infantil, médicos y otros que ya puedan estar atendiendo a su hijo.

Segundo paso: Evaluación y entrevista de admisión—Una vez su hijo haya sido diagnosticado y dirigido a un sistema de cuidado, el sistema de cuidado puede hacerle algunas preguntas que lo ayudarán a determinar si su hijo y su familia cumplen o no los requisitos para recibir los servicios y apoyos. Si su hijo y su familia tienen los requisitos, es posible que deba responder a más preguntas para que el sistema de cuidado pueda comenzar a entender sus necesidades. Durante estos pasos, el sistema de cuidado trabajará con usted para completar todos los documentos necesarios.

Tercer paso: Planificación del cuidado y creación de asociaciones—Una vez que su hijo y su familia se inscriban, el sistema de cuidado trabajará con ustedes para determinar qué servicios y apoyos se adaptan mejor a las necesidades de su hijo y de su familia. Una vez terminada la planificación del cuidado, el sistema de cuidado desarrollará asociaciones entre usted y todos aquellos que se encuentren ayudando a su hijo y a su familia para asegurarse de que los servicios y apoyos sean tan efectivos como sea posible.

Para más información

Recursos del Gobierno Federal

Centro de Información Nacional de la Salud Mental
Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (National Mental Health Information Center, Substance Abuse and Mental Health Services Administration)

www.mentalhealth.samhsa.gov
Tel: 1.800.789.2647 (línea gratuita; inglés/español)
TDD (para las personas con problemas auditivos o del habla): 1.866.889.2647

Instituto Nacional de Salud Mental
Institutos Nacionales de Salud (National Institute of Mental Health, National Institutes of Health)
www.nimh.nih.gov
Tel: 1.866.615.6464 (línea gratuita; inglés/español)
TTY (para las personas con problemas auditivos o del habla): 301.443.8431

Recursos adicionales

Los siguientes son otros recursos que pueden ser útiles. Esta no es una lista completa y la inclusión en la misma no implica un aval por parte de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias o del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU. (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, U.S. Department of Health and Human Services).

Niños y Adultos con Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad (Children and Adults With Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder)
www.chadd.org
Tel: 301.306.7070

Federación de Familias para la Salud Mental de los Niños (Federation of Families for Children's Mental Health)
www.ffcmh.org
Tel: 240.403.1901

Alianza Nacional para la Salud Mental (National Alliance on Mental Illness)
www.nami.org
Tel: 1.800.950.6264 (línea gratuita)

Asociación Nacional de Salud Mental (National Mental Health Association)
www.nmha.org
Tel: 1.800.969.6642 (línea gratuita)

Centro Nacional de Recursos sobre TDAH (National Resource Center on AD/HD)
www.help4adhd.org
Tel: 1.800.233.4050 (línea gratuita)

Para obtener información local, comuníquese con:



Sistemas de cuidado: Ayudando a niños y jóvenes con trastorno por déficit de atención/hiperactividad

Esta hoja informativa brinda información básica acerca del trastorno por déficit de atención/hiperactividad, TDAH (ADHD, por sus siglas en inglés) en los niños y describe cómo obtener apoyos y servicios, llamados "sistemas de cuidado", que ayudan a los niños, jóvenes y a sus familias a funcionar mejor en el hogar, en la escuela, en la comunidad y a lo largo de sus vidas.

En un aula con 30 niños o jóvenes, es probable que al menos dos estudiantes tengan TDAH. Esta condición sorpresivamente común hace difícil a los niños y jóvenes controlar su conducta (sentarse quietos, pensar antes de hablar o actuar, etc.) y/o prestar atención. De no tratarse, puede conducir a problemas en la escuela o el trabajo, depresión, dificultades con sus relaciones y abuso de sustancias.

¿Qué es el TDAH?

Existen tres tipos del TDAH: el tipo hiperactivo-impulsivo, el tipo desatento y un tipo que es una combinación de ambos. La severidad del TDAH varía entre los niños, incluso entre hermanos, de modo que ningún niño exhibe exactamente los mismos síntomas que otro. Además, se ha dicho que las niñas tienen un índice menor y casos menos severos de este trastorno que los niños. Es necesario investigar más sobre el tema, pero los índices del tipo hiperactivo pueden ser menores en las niñas.

Los síntomas de los tipos hiperactivo y desatento son los siguientes:

Hiperactivo-impulsivo

- Juguetea frecuentemente con las manos o los pies, se siente inquieto, o se retuerce mientras está sentado.

¿Cómo puedo encontrar un sistema de cuidado para mi hijo con TDAH?

Comuníquese con la comunidad de sistema de cuidado que aparece en el recuadro de la parte posterior de esta hoja informativa. Si no se menciona ninguna o esa comunidad de sistema de cuidado no se encuentra disponible en su área, visite www.systemsofcare.samhsa.gov y haga clic en "Child, Adolescent & Family" y luego en "Systems of Care" para localizar el sistema de cuidado más cercano. Si prefiere que una persona lo atienda en español o inglés para localizar un sistema de cuidado, o si no hay ningún sistema de cuidado en su área, comuníquese con el National Mental Health Information Center (Centro de Información Nacional de la Salud Mental) llamando gratuitamente al 1.800.789.2647 o visitando www.mentalhealth.samhsa.gov.

- Corre, trepa o se pone de pie en situaciones en las que se espera que permanezca sentado o tranquilo.
- Suelta respuestas antes de oír toda la pregunta.
- Se le hace difícil esperar en una fila o esperar su turno.

Desatento

- Puede parecer que no está escuchando o que se distrae con facilidad con imágenes y sonidos irrelevantes.
- Con frecuencia no presta atención a los detalles y comete errores por descuido.
- Rara vez sigue las instrucciones con cuidado y con frecuencia pierde u olvida cosas como juguetes, lápices, libros u otras herramientas necesarias para una tarea.
- Pasa con frecuencia de una actividad incompleta a otra.



Los expertos creen que en algunos casos, la herencia puede influir en si un niño tiene TDAH o no. Los síntomas de TDAH se ven por primera vez en los niños antes de los 6 años y pueden causar problemas en el hogar, en la escuela o con sus relaciones. A veces, es difícil saber si un niño tiene TDAH porque los síntomas pueden confundirse con conductas típicas infantiles u otros problemas de salud mental. El TDAH ocurre con frecuencia conjunto a otras condiciones. De igual forma, la cultura y el lenguaje de una familia influyen en cómo se perciben las causas y los síntomas de una condición de salud mental y cómo se describen a un prestador de servicios de salud mental. Los errores de percepción y malos entendidos pueden conducir a diagnósticos tardíos, erróneos o no concluyentes, los cuales son problemas serios cuando un niño necesita ayuda. Es por eso que sólo los proveedores de atención médica o los proveedores de servicios de salud mental calificados pueden diagnosticar el TDAH, y es por ello que es importante que haya un sistema de apoyo para unir las diferencias lingüísticas y culturales.

¿Qué sucede tras un diagnóstico de TDAH?

Si un proveedor de servicios calificado de atención médica o salud mental ha diagnosticado su hijo con TDAH, puede sugerirle diversas opciones de tratamiento, incluyendo una combinación de estrategias para manejar su conducta, medicamentos y terapia. El proveedor de servicios de atención médica o salud mental de su hijo puede también sugerir su inscripción en un sistema de cuidado, si hubiese uno disponible.

Sus proveedores de atención médica o salud mental cuentan con más información disponible acerca del TDAH, incluyendo tratamientos comunes. Una lista de recursos acerca del TDAH aparece en la parte posterior de esta hoja informativa.

¿Qué es un sistema de cuidado?

Un sistema de cuidado es una red coordinada de servicios comunitarios y apoyos que se organiza para responder a las luchas que afrontan los niños y jóvenes con severas necesidades de salud mental y sus familias. Las familias, los niños y los jóvenes trabajan en asociación con organizaciones públicas y privadas así que los servicios y apoyos son eficaces, crecen de las fortalezas de los individuos y tratan las necesidades culturales y lingüísticas de cada persona.

Los valores centrales de los sistemas de cuidado

Aunque los sistemas de cuidado pueden ser diferentes para cada comunidad, todos comparten tres valores centrales. Estos valores desempeñan un papel importante en asegurar que los servicios y apoyos sean eficaces y respondan a las necesidades de cada niño, joven y sus familias. Estos valores centrales son:

- Los sistemas de cuidado están dirigidos por las familias y guiados por los jóvenes.
- Los sistemas de cuidado son cultural y lingüísticamente competentes.
- Los sistemas de cuidado se basan en la comunidad.

Específicamente, un sistema de cuidado puede ayudarle a:

- Adaptar los servicios según las necesidades exclusivas de su hijo y de su familia.
- Hacer que los servicios y apoyos estén disponibles en su idioma y ponerle en contacto con profesionales que respeten sus valores y creencias.
- Motivar a usted y a su hijo a que tomen un papel primordial en el diseño de un plan de tratamiento, tanto como lo deseen.
- Brindar servicios dentro de su comunidad, siempre que sea posible.

¿Son efectivos los sistemas de cuidado?

Los datos recopilados a nivel nacional durante más de una década apoyan lo que las familias en sistemas de cuidado han estado diciendo: Los sistemas de cuidado son efectivos. Los datos de los sistemas de cuidado relacionados con los niños y jóvenes con TDAH reflejaron lo siguiente:

- Los niños y los jóvenes presentan mejorías en su desempeño emocional y en su comportamiento.
- Los niños y los jóvenes con TDAH tienen menos contacto con el sistema de justicia juvenil tras inscribirse en un sistema de cuidado.
- Los niños y jóvenes con TDAH presentan mejorías en las tareas relacionadas con la escuela, tales como prestar atención en clase, tomar notas y completar deberes a tiempo.

La historia de Timothy

Timothy es un estudiante de escuela técnica de 19 años que estudia para ser mecánico. Al igual que otros jóvenes de su edad, le gustan los autos, los deportes y los videojuegos. Su madre, Alice, lo describió como generoso, devoto a su familia, un amigo leal y muy trabajador. Agregó que Timothy vive con el trastorno por déficit de atención/hiperactividad, TDAH (ADHD, por sus siglas en inglés), depresión, problemas de aprendizaje y alcoholismo.

A Timothy se le diagnosticó con TDAH a los 15 años mientras recibía tratamiento por su problema con el alcohol en una institución. Antes de eso, tuvo un historial de dificultades escolares y otros tipos de problemas. Alice dijo que, en retrospectiva, el diagnóstico de TDAH explica muchas de las conductas del pasado que ella, en algún momento, pensó que se trataban de características típicas de un adolescente. También reconoció similitudes con cosas que ella misma había experimentado en su vida: el diagnóstico de TDAH de Timothy llevó a que Alice también fuese examinada, y se descubrió que ella también tenía TDAH.

Alice se enteró de su sistema de cuidado en una feria que ocurrió en la escuela secundaria de Timothy. Tras leer parte del material informativo del sistema de cuidado, se puso en contacto con ellos para inscribir a Timothy. Una vez inscrito en el sistema de cuidado, Timothy comenzó a recibir una amplia gama de servicios para darle las herramientas que necesitaba para sobrellevar sus desafíos.

El coordinador del sistema de cuidado colaboró estrechamente con Timothy y Alice para identificar servicios y apoyos que pudieran ayudar a Timothy a corto y a largo plazo. Por ejemplo, colaboraron estrechamente con su psiquiatra, otros terapeutas y con su escuela, mientras conectaban a Timothy con apoyos que lo ayudarían a desarrollar habilidades vitales para el futuro.

Uno de los apoyos era un programa para jóvenes considerados “en peligro” (conocidos como “at-risk” en inglés) al que Timothy asistía dos veces por semana. Además de ayudarlo con sus tareas escolares, el programa lo ayudó a aprender cómo controlar su conducta y vivir de una manera más productiva. Por ejemplo, por medio del programa, Timothy participó en actividades de servicio comunitario que lo ayudaron a afianzar su orgullo en sus logros mientras le mostraban el valor de ayudar a otros. Las familias de los jóvenes en el programa también se reunían una vez por mes para brindar información a los líderes del programa acerca de lo que funcionaba y lo que no funcionaba. Además de este programa, Timothy se involucró en un programa de orientación para jóvenes. Un mentor de jóvenes visitaba con frecuencia a Timothy para ofrecerle consejos, para servirle como modelo y, simplemente, para acompañarlo.

Con referencia al plan de cuidado individual de Timothy desarrollado mediante el sistema de cuidado, Alice dijo que “cada parte cumplió su objetivo porque, al considerar todo el panorama, ningún servicio independiente podía tratar toda la situación”.

Alice también dijo que, aunque Timothy ha hecho grandes avances, aún enfrenta desafíos, como el estigma asociado con las necesidades de salud mental. Cuando Timothy se inscribió en la escuela técnica, no buscó todos los apoyos y programas que pudo.

“Supongo que como ya es un joven adulto”, dijo, “está cansado de que lo asocien con el chico que siempre está en programas alternativos, de ser el chico con problemas de salud mental”.

Al trabajar con un sistema de cuidado, Alice ha aprendido que sobrellevar estos trastornos es un proceso y mantiene su optimismo aunque Timothy tenga dificultades. Alice dijo: “Si esta escuela no funciona, pensaremos en otra cosa”.