Manejo de los Síntomas del TDAH

MANEJO DE LOS SÍNTOMAS DEL TDAH EN LA PRIMERA INFANCIA:

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) puede manifestarse de diversas maneras en la primera infancia. Los síntomas comunes incluyen: dificultad para mantener la atención, comportamiento impulsivo e hiperactividad. Los niños con TDAH pueden tener problemas para seguir instrucciones, organizar tareas y pueden mostrar inquietud o incapacidad para quedarse quietos. Estos comportamientos pueden afectar su rendimiento en la escuela y sus interacciones sociales. Aquí hay algunos consejos sobre cómo ayudar a tu hijo a manejar los síntomas del TDAH:

Establecer una Rutina Consistente

Crear un entorno estructurado con una rutina diaria constante es vital para ayudar a los niños a regularse y manejar su día a día. Los horarios y rutinas regulares para actividades cotidianas, como las comidas, ir a la escuela/guardería y las rutinas de antes de dormir, pueden proporcionar estabilidad y reducir las distracciones.

Implementar Instrucciones Claras y Simples

Los niños con TDAH a menudo se benefician de instrucciones claras y directas. Divide las tareas en pasos más pequeños y manejables, y proporciona una instrucción a la vez. El uso de ayudas visuales o listas de verificación puede reforzar la comprensión y ayudar a mantener al niño enfocado en la tarea.

Usar Refuerzos Positivos

El refuerzo positivo puede ser una herramienta poderosa para manejar los desafíos de comportamiento. Reconoce y recompensa los comportamientos deseados con elogios, pegatinas o pequeñas recompensas. Este enfoque fomenta que los niños repitan conductas positivas y ayuda a desarrollar su autoestima.

Horarios Visuales

Implementar un horario visual e incorporarlo al día de tu hijo puede ser de gran ayuda. Algunos beneficios potenciales incluyen: ayudar a los niños a ganar independencia con las tareas que completan todos los días, guiarlos en la secuencia de actividades diarias y aprender los pasos que deben seguir para llevarlas a cabo.

Bring your child to Little Spurs Pediatric Urgent Care for all of their minor illnesses and injuries! Open seven days a week, Little Spurs treats children 0-21 years old.

Book Now

LITTLE SPURS PEDIATRIC Urgent Care