



## Concientización sobre el TDAH

**En el marco de las actividades de concientización sobre la salud física y mental dentro del Poder Judicial, se recuerda que julio es el mes de sensibilización del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).**

El doctor Marco Caballero, médico psiquiatra de la División Asistencia Médica, explica que el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es una condición del desarrollo neurológico que afecta a muchas personas en todo el mundo, tanto niños como adultos. Se estima que entre el 5% y el 7% de los niños tienen TDAH, y en muchos casos continúa presente en la vida adulta. Aunque se diagnostica con más frecuencia en varones, las niñas también pueden tenerlo, aunque sus síntomas pueden ser menos notorios.

Menciona que es importante saber que el TDAH no es una falta de disciplina o de esfuerzo, sino una condición real que requiere atención, comprensión y apoyo adecuado.

El TDAH puede presentarse de diferentes formas, algunas personas tienen más dificultades para concentrarse y mantenerse organizadas, otras muestran niveles altos de actividad e impulsividad, y algunas combinan ambos tipos de síntomas. Esto hace que cada persona con TDAH sea única y requiera un acompañamiento específico según sus necesidades.

Hablar sobre el TDAH y compartir información confiable ayuda a crear una comunidad más informada, empática y dispuesta a incluir. Derribar mitos, prestar atención a las señales y acompañar sin juzgar son pasos clave para que quienes viven con esta condición puedan desarrollarse plenamente.

Informarse es un acto de cuidado que nos involucra a todos. La conciencia es el primer paso hacia la inclusión.